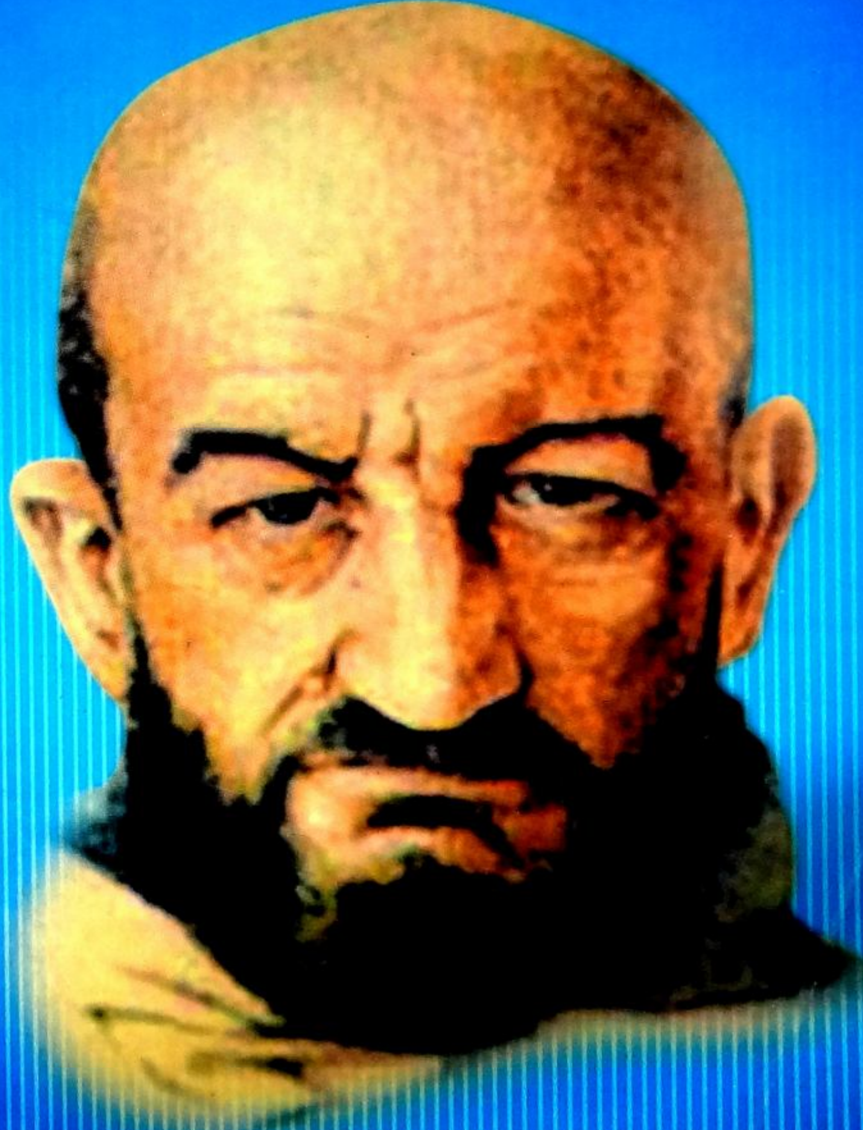


మరణం లేని మీరు

T. లోబ్‌సాంగ్ రాంపా

అనువాదం :

P.G. రామ్మోహన్

ధ్యాన లహరి పబ్లికేషన్స్



పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్, ఇండియా

ధ్యానం - స్వాధ్యాయం - సజ్జన సాంగత్యం

MARANAM LENI MEERU

by

T. LOBSANG RAMPA

Translated by

P.G. RAMMOHAN

Printed at

Om Art Print, Vijayawada

September, 2004

for Copies : D. SIVA PRASAD

DYANA LAHARI PUBLICATIONS

525, Reddy & Reddy Colony,

Tirupati - 517 501

Cell : 94402 74559

Rs. 120

PYRAMID SPIRITUAL SOCIETIES, INDIA

Meditation - Enlightenment

మరణం లేని మీరు

1979లో నన్ను తట్టి లేపిన కారుణ్యమూర్తి లోబ్‌సాంగ్ రాంపా ఓ గొప్ప టిబెట్ యోగి.

1983లో దేహ విరమణ చేసినాడు. ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర అధ్యాపకులలో అగ్రగణ్యుడు. 'యూ ఫార్‌ఎవర్' (You Forever) అనే పుస్తకం నా చేత చదివించి, నా జీవిత లక్ష్యాన్ని నాకు ఎఱుక పరచిన నా ప్రియతమ గురువు. సూక్ష్మ శరీరయానం గురించీ, దివ్యచక్షువు గురించీ ఆకాశిక్ రికార్డులు గురించీ మరణాంతర జీవితం గురించీ తన స్వానుభవాలను తిరుగులేని విధంగా వివరించిన మహాయోగి.

20 అద్భుత పుస్తకాల రచయిత. ఈ లాంటి పుస్తకాలన్నీ చదివితేనే మనం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రజ్ఞులం అయ్యేది.

ఇప్పుడు.1997లో

అంటే,సరిగ్గా 18 సంవత్సరాల తరువాత నా ప్రియతమ పుస్తకమైన (You Forever) కు తెలుగు అనువాదమైన " మరణం లేని మీరు " ముద్రితం కావడం ఎంత పరమానందంగా వుందో !

ముఖ్యంగా అద్భుతమైన విధంగా తెనుగు చేశారు. శ్రీ రామ్మోహన్ గారు వారికి తెలుగు ప్రజానీకం సదా కృతజ్ఞులై వుంటుంది.

పిరమిడ్ స్పిరిచ్చువల్ సొసైటీస్ వారి ఏకైక ధ్యేయం ఆంధ్రదేశాన్ని "స్పిరిచ్చువల్ సైన్స్ (Spiritual Science) " తో నింపడం. ఈ నేపధ్యంలో ఈ " మరణం లేని మీరు" గ్రంథం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పాఠ్య గ్రంథంలా విరాజిల్లి తీరుతుంది. ఈ పుస్తక ముద్రణలో అవిరామంగా కృషి చేసి స్పష్టంగా, ఎంతో చక్కగా ముద్రీకరించిన " ఓం ఆర్ట్ ప్రింట్ ". విజయవాడ వారికి నా హృదయ పూర్వక వందనాలు. ముఖ్యంగా ఆ సంస్థ అధినేత మరి విజయవాడ స్పిరిచ్చువల్ సొసైటీ స్థాపకులు అయిన శ్రీ ముఖర్జీ గారికి అందరం ఎంతైన ఋణపడి వున్నాం.

ఈ పుస్తకం పిరమిడ్ స్పిరిచ్చువల్ సొసైటీ ధ్యానులందరికీ తప్పనిసరి. అనేకమైన నా జీవిత ధ్యేయాలలో ఈ పుస్తక ప్రచురణతో ఒకానొక అంకం ముగిసింది. పిరమిడ్ ధ్యానులకు, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ నా అభినందనలు.

కర్నూలు

1-9-97

- సుభాష్ పత్రీ

ముందుమాట ...

మనలో ప్రతి ఒక్కరికీ జిజ్ఞాస ఉంటుంది. నిరంతరం ఏదో ఒకటి నేర్చుకోవాలనే తపన మాత్రమే కొద్ది మందికి ఉంటుంది. అలాంటి వాళ్ళ మొదట భౌతిక శాస్త్రాల మీద తమ ధ్యాసను పెడతారు. ఈ ప్రయత్నం దానంతట అదే ఆ మనిషిని ఆధ్యాత్మికతవైపు నడిపిస్తుంది." బయటకు" పరిశీలన చేసే శక్తి నెమ్మదిగా "అంతర్ముఖ" మవుతుంది. "నేను ఎవ్వరిని ? ఈ లోకం లోకి ఎందుకు వచ్చాను ? ఎక్కడ నుంచి వచ్చాను ? మళ్ళీ వచ్చిన చోటుకే తిరిగి వెళ్తానా ?" జీవితం' అంటే ఏమిటి ? చావు అంటే ఏమిటి? 'అమృతం' అంటే ఏమిటి? ఎంత నేర్చుకున్నా నాకు తృప్తి ఎందుకు కలగడం లేదు? " అలాంటి మనిషి భక్తి జ్ఞాన కర్మ మార్గాల్లో దేన్నో ఒక దాన్ని ఎన్నుకోలసి వస్తుంది. అక్కడ నుంచి సాదన ప్రారంభమవుతుంది. ప్రశ్నలన్నీ లయమైపోయిన తరువాతే ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుందనీ వివేకం ఉదయిస్తుందనీ ఐహిక బంధాల నుంచి 'ముక్తి' లభిస్తుందనీ అనేక మంది గురువుల మాటలు గుర్తుకు వచ్చి కొంత ఊరటను ప్రసాదిస్తాయి. సత్యశోతనకు తీవ్రంగా ఉపక్రమించే వారిని 'ముముక్షువులు' అనే పేరు ఉన్నట్టు ఈ సాధకులు తెలుసుకుంటారు. నేను అనే చోటి నుంచి బయలుదేరి కార్యకలాపాలకు మూలంగా అర్థం చేసు కుంటాడు. అంతా అందరూ ఒకే ఒక్క దివ్యశక్తి యొక్క చిన్ని చిన్ని అంశాలేనన్న సత్యాన్ని గ్రహిస్తాడు. తన చిన్న జ్యోతిని ఆ పెద్ద జ్యోతితో కలిపేస్తాడు. అదే తాను అవుతాడు.

ఇలాంటి సాధన చేసే వాళ్ళకి కొందరు గురువుల సాహచర్యం లభిస్తుంది. అందువల్ల వారి మార్గం సుగమమవుతుంది. కారణ జన్ముడైన ట్యుస్టే లోబ్ సాంగ్ రాంపా ఇలాంటి ఓ గురువు శిష్య పరమాణువులకు వచ్చే అనేక సందేహాలను తేర్చి జ్ఞాన శిరోమణి లాగా భాసించే ఉద్గ్రంథం "You Forever" . ఈ అనువాద కుడిని ఈ గ్రంథం ఎంత ప్రభావితుడిని చేసిందో! ప్రతి సాధకుడికీ ఈ గ్రంథం ఎంతో అత్యుత్తమ జ్ఞానాన్ని అందిస్తుంది. పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాల్లోని అనేక ధ్యాన మిత్రుల చిరకాలవాంఛ ఈ గ్రంథానువాదంగా రూపం దిద్దుకుంది.

కర్నూలు

- P.G. రామ్మోహన్

సూచనలు

మీరు ఆధ్యాత్మికం గానూ, మానసికం గానూ, చురుకు గానూ వేగంగా ఎదగడానికి మీరూ నేనూ యిద్దరం కలిసి కృషి చేయాల్సి ఉంటుంది. కొన్ని పాఠాలు పెద్దవి గానూ మిగిలిన పాఠాల కంటే కఠిన తరంగానూ అనిపించవచ్చు. ఈ పుస్తకంలో విషయం స్పష్టంగా సూటిగా ఉంటుంది. హుషారు పుట్టించే మసాలా దినుసులు ఈ గ్రంథంలో ఎక్కడా కనిపించవు.

వారంలోని ఏడు రోజులలో మీకు నచ్చిన ఓ రోజును ఎన్నుకోండి. ప్రతివారం అదే రోజు (రాత్రి) ఈ గ్రంథాన్ని ఖచ్చితంగా మీరు ముందుగా నిర్ణయించుకున్న సమయంలో చదవడానికి ఉద్యమించండి. పుస్తకాన్ని చదివేందుకు కూర్చునే స్థలాన్ని కూడా ప్రత్యేకించి ఉంచుకోవాలి. నిర్దిష్ట ప్రదేశంలో, నిర్దిష్ట సమయంలో, నిర్దిష్ట రాత్రిలో, నిర్దిష్ట దినంలో, నిర్ణీత సమయంలో ఈ గ్రంథపఠనం - అధ్యయనం చాలా మంచిది. మీకు వింతగా తోచే అనేక విషయాలు మీ మనస్సులకు హత్తుకుపోవాలి. మనస్సు లోతుల్లోకి ఈ జ్ఞానం ఇంకిపోవాలి; అంతే తప్ప, ఉబుసుపోక కోసం, కాలక్షేపం కోసం, అర్థం పర్థం లేకుండా వ్యర్థంగా వేగంగా చదవడం కోసం మాత్రం ఈ పుస్తకం మీకు ఎంత మాత్రం పనికి రాదు. ఇందులో వర్ణించబడ్డ జ్ఞానాన్ని మీరు సరిగ్గా అర్థం చేసుకోడానికి కావాల్సిన క్రమశిక్షణ కోసమే ఇలాంటి పద్ధతులను మనం అవలంబించడం అత్యంత ఆవశ్యకం, అత్యంత శ్రేయస్కరం.

ఓ స్థలాన్ని ప్రత్యేకంగా ఎంచుకోండి - ఒక గదిని ప్రత్యేకంగా కేటాయించుకోండి - ఓ చోట సుఖంగా కూర్చోండి. ఏ మాత్రం శ్రమ లేకుండా మీరు ఉండగలిగితే విద్యార్జన కూడా త్వరితగతిని సాగుతుంది. సుఖంగా ఉంటుందనుకుంటే చేరగిలబడి కూర్చోండి - ఎటొచ్చీ మీ శరీరంలోని కండరాల మీద ఒత్తిడి రాకుండా చూసుకోండి చాలు. ఏ మాత్రం శ్రమ లేకుండా మీరు

వుండగలిగినట్టయితే మీ ధ్యాస పూర్తిగా ఈ పుస్తకంలోని వాక్యాల మీదా, వాటి వెనుక వున్న భావాల, ఆలోచనల మీదా లగ్నమై అందులోని విషయాలను సులభంగా మీరు ధారణ చేయగలిగే అవకాశం ఉంటుంది. అలా కాకుండా మీ వీపుకు ఏ వస్తువో ఒరుసుకుటూనో, మీ కాళ్ళ క్రింద ఏ వస్తువో గుచ్చుకుంటూనో ఉంటే మీ ధ్యాసంతా ఆ నొప్పి గురించి, ఆ అసౌకర్యాన్ని గురించిన ఆలోచనలతోటే వ్యర్థమైపోతూ ఉంటుంది. ఒక గంటో, రెండు గంటలో కాకపోతే ఓ పాఠం పూర్తయ్యేందుకు మీకు ఎంతకాలం అవసర మవుతుందో అంత సమయమూ మీరు సుఖాసీనులై ఉండాలి. ఈ అధ్యయన సమయంలో మీరు ఎవరి వల్ల ఎలాంటి ఆటంకమూ రాకుండా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మీ ఆలోచనా పరంపరలు నిర్విఘ్నంగా సాగుతూ ఉండాలి.

మీరు చదువుతూన్నప్పుడు పూర్తి విశ్రాంతిని పొందుతున్నట్టే మీకు అనుభూతి కలగాలి. కొన్ని క్షణాలు పూర్తిగా విశ్రాంతిని తీసుకోండి. గాఢంగా ఊపిరి తీసుకోండి. మూడు సార్లు వరుసగా గాఢంగా ఊపిరి తీసుకోండి. గాలి పూర్తిగా మీ ఊపిరితిత్తుల్లోకి నింపుకున్న తరువాత మూడు నాలుగు సెకనుల పాటు దాన్ని అలాగే లోపలే ఉంచుకోండి. తరువాత మూడు నాలుగు సెకనుల కాలంలో పూర్తిగా విశ్వసించండి. మళ్ళీ కొన్ని క్షణాలు రిలాక్సయిపోండి. తరువాత మీ అధ్యయనాన్ని ప్రారంభించండి. మొదటిసారి తేలిగ్గా ఓ న్యూస్ పేపరును చదివే పద్ధతిలో చదవండి. కొంతసేపు చదివాక కాస్త ఆగి మీరు చదివిన విషయాలు మీ మనస్సులోని లోతుల్లోకి చొచ్చుకుపోయేందుకు దోహదం చేయండి. ఒక్కో పేరా గ్రాఫును జాగ్రత్తగా విశ్లేషణాత్మకంగా నిశితంగా వీక్షిస్తూ ముందకు సాగండి. మీకు ఏ విషయమైనా సరిగ్గా అర్థం కాకపోతే వెంటనే ఒక చిన్న పుస్తకంలో మీ అనుమానం గురించి వ్రాసి ఉంచుకోండి.

మీకు విషయం అర్థం కావడమే ముఖ్యం. చిలకలాగా కొన్ని వాక్యాల్ని అర్థం తెలియకుండా వల్లించడం నిష్ప్రయోజనం. కాబట్టి ఈ వాక్యాలకు మీరు బానిసలు కాకూడదు. కష్టంగా అనిపించే కొన్ని వాక్యాలను గుర్తుపెట్టుకోవడం కోసం వాటిని వల్లె వేస్తే ఆ వాక్యాల్లోని నిజమైన భావాలు మీ దృష్టికి, ఆలోచనలకు అందకుండా పోయే ప్రమాదం ఉంది. మీరు గ్రహించాల్సింది ప్రతి 'పదార్థాన్ని'

కాదు - దాని భావాన్ని, మీరు ఈ పుస్తకాన్ని సంపూర్ణంగా అర్థం చేసుకోవాలి తప్ప ఏవో పరీక్షలు వ్రాసి ఉత్తీర్ణులయ్యేందుకూ లేక ఎక్కువ మార్కులు తెచ్చుకునేందుకూ కాదు.

మీరు ఈ గ్రంథంలోని జ్ఞానాన్ని అర్థం చేసుకుని తద్వారా మీ దేహ బంధాల నుంచి అంటే 'శరీరం' అనే 'జైలు' నుంచి విముక్తి సంపాదించు కోగలుగుతారు. ఈ జీవితంలో మన శరీరం యొక్క ఆవశ్యకత ఏమిటో, దానికి ఉన్న పరిధులు ఏమిటో, అసలు జీవితానికి నిర్దేశింపబడిన పరమార్థం ఏమిటో అన్నీ గ్రహించగలుగుతారు.

ఒక పాఠం పూర్తి చేసిన తరువాత మీ అనుమానాల పుస్తకాన్ని బయటకు తీయండి. అందులో మీరు గుర్తుగా వ్రాసి ఉంచుకున్న అనుమానాలను గురించి మీరే సమాధానాన్ని వెతికి తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేయండి. మాకు ఓ ఉత్తరం వ్రాసి పడేసి జవాబు తెప్పించుకుని చదివి అనుమానాలను నివృత్తి చేసుకోవడం చాలా సులభమైన మార్గంగా మీకు అనిపించవచ్చు. కానీ, మీకు అతి సులభంగా అందుబాటులోకి వచ్చిన జవాబులు పూర్తిగా మీ మస్తిష్కపు లోపలి పొరలలోకి చేరనేచేరవు. ఆత్మశోధన చేసుకుని మీ అంతకు మీరు తెలుసుకున్న సత్యాలే చిరకాలం మీకు అండగా నిలుస్తాయి. మీ అనుమానాలతో మరొకరిని వేధించడం అంత శ్రేయస్కరం కూడా కాదు. జీవహింస చేయకండి !

మీ వంతు కర్తవ్యాల్ని మీరు చేసి తీరాలి. విలువగల వస్తువుని మీరు సంపాదించుకోవాలంటే ఎంతో కొంత పరిశ్రమ, దీక్ష మీకు తప్పదు. అనాయాసంగా ఉదారంగా సంపాదించుకున్న వస్తువులకు విలువ అస్సలు ఉండదు. అందుకే అవి మీకు ఉచితంగా లభిస్తాయి.

సంకుచిత మానసిక ప్రవృత్తిని విడిచిపెట్టి, మీ మనస్సు తలుపులను తెరచి ఉంచుకుని సరికొత్త విజ్ఞానాన్ని లోపలికి ప్రీతితో ఆహ్వానించండి. ఓ వ్యక్తి ఆలోచనలు ఎలా వుంటాయో, అతని ప్రవర్తన కూడా అలాగే ఉంటుందని ఎప్పుడూ మరచిపోకండి.

తొలి పలుకులు

ఏ విషయాలను అందరూ తెలుసుకోవాలో అలాంటి విషయాల మీద ఉత్సాహం కలిగి ఉన్న వాళ్ళ కోసం వ్రాసిన ప్రత్యేక పుస్తకం ఇది.

మొదట్లో ఈ విషయాలను ఓ 'కరస్పాండెన్స్ కోర్సు' లాగా సాధకులకు అందించాలని మేము సంకల్పించాం. కానీ ఆలోచించి చూస్తే ప్రతి సాధకుడు సుమారు 35 పౌండ్ల ధనాన్ని చెల్లించాల్సి వస్తుందని లెక్క తేలింది. అందువల్ల ప్రచురణ కర్తల సలహా, సహకారాలతో ఈ కోర్సును ఒక పుస్తక రూపంలో తీసుకుని రావడం జరిగింది.

మామూలుగా కరస్పాండెన్స్ కోర్సుల్లో విద్యార్థులు కొన్ని ప్రశ్నలు వేయడం ఓ ఆనవాయితీగా జరుగుతూ ఉంటుంది. కానీ, ఈ పుస్తకం గురించి వచ్చే ప్రశ్నలకు సమాధానాలిచ్చేందుకు మేము సిద్ధంగా లేము - కారణాలు ఏమిటంటే :

ఓ బీద రచయిత పుస్తకాలు వ్రాసి తగినంత డబ్బుల్ని సంపాదించలేడు తెలుసా ? నిజంగానే రచయితలకి చాలినంత సంపాదన ఉండదు. ప్రపంచం మొత్తం నుంచి రచయితకి ఉత్తరాలు వస్తూంటాయి. ఎటొచ్చి ఈ ఉత్తరాలు వ్రాసే వాళ్ళు తమ జవాబులు తమకి తిరిగి వచ్చేందుకు ఖర్చు అయ్యే పోస్టేజీ గురించి ఆలోచించడం మరచిపోతారు. అప్పుడు ఈ రచయితకి ఉత్తరానికి జవాబు వ్రాసి స్వంత ఖర్చుతో పంపించాలో లేక ఆ ఉత్తరాన్ని చెత్త బుట్టలో వేయాలో తెలీదు అయినా ఓ నిర్ణయాన్ని తీసుకోవలసి వస్తుంది.

మా వరకు, మేము మూర్ఖంగా అన్ని ఖర్చుల్నీ భరించి జవాబుల్ని టైప్ చేసి పంపించాం కానీ ఇదంతా ఖర్చుతో కూడుకున్న పని. ప్రశ్నలు అడిగే వాళ్ళకి ఈ విషయం గుర్తుకొస్తే మంచిది.

ఒక పాఠకుడు వ్రాసిన ఉత్తరాన్ని గురించి మీరు తెలుసుకుంటే ఉత్సాహంగా ఉంటుందేమో ? మా పుస్తకాల ఖరీదు మరీ ఎక్కువని, అందువల్ల

తనకు నేను ఫ్రీ కాపీలను పంపించాలని కొందరు ఉత్తరాలు వ్రాస్తూంటారు. ఒకాయన ఏం వ్రాశాడంటే మా పుస్తకాలు ఖరీదు ఎక్కువ కనుక మేమే ఆటోగ్రాఫ్ చేసిన పుస్తకాలు రకానికి ఒకటి చొప్పున పంపించమని వ్రాస్తూ పనిలో పనిగా తనకు ఇంకో రచయిత వ్రాసిన మరో రెండు పుస్తకాల్ని కూడా పంపించమని వ్రాశాడు. అదీ సంగతి. ఈ ఉత్తరానికి మేము సరియైన జవాబిచ్చాంలేండి !

ఈ పుస్తకాన్ని మీరు చదివితే మీకు కొంత లాభం కలుగుతుంది. ఈ గ్రంథాన్ని క్షుణ్ణంగా అధ్యయనం చేస్తే మీకు ఇంకా ఎక్కువ లాభం కలుగుతుంది. మామూలు కరస్పాండెన్సు కోర్సుల్లో కనిపించని ఎన్నో అంశాలు ఈ పుస్తకంలో కనిపిస్తాయి.

ఈ పుస్తకాన్ని అనుసరించి వచ్చే ఇంకో పుస్తకం గురించి మేము ఆలోచిస్తున్నాం. అందులో గూఢ విద్యల మీద అనేక అంశాల గురించి విపులీకరణలు ఉంటాయి. ఓ నిఘంటువులాగా ఇలాంటి పుస్తకం ఎక్కడైనా దొరుకుతుందేమోనని అనేక ప్రదేశాల్లో ప్రయత్నించి విఫలమై మేమే ఓ పుస్తకం వ్రాసే ప్రయత్నం ప్రారంభించాం. ఆ రెండో పుస్తకాన్ని కూడా ఈ పుస్తకానికి సహకారిగా మీరు గ్రహించగలరు.

– T. లోబ్‌సాంగ్ రాంపా

లోపల ...

అనుబంధం

మొదటి పాఠం

ప్రాణశక్తి

పూర్ణాత్మ గురించీ, అతీంద్రియ శక్తుల గురించీ తెలుసుకోవాలని ప్రయత్నించే ముందు మనం మొట్టమొదటగా 'మానవుని నైజం' గురించి తెలుసుకోవాల్సి ఉంటుంది. 'మానవుని ప్రకృతి' అంటే అది పురుషుడికీ స్త్రీకీ కూడా సమానంగానే అని అర్థం చెప్పకోవాలి. నిజానికి పురుషుడి కన్నా స్త్రీలకే ఎక్కువ కాంతివంతమైన తేజశ్శరీరం ఉంటుంది. వాళ్ళు ఆధ్యాత్మిక తత్త్వాన్ని కూడా పురుషుడి కన్నా మెరుగ్గానే గ్రహించగలిగే నేర్పుని కలిగి ఉంటారు. ఈ విధంగా స్త్రీలు పురుషుల కన్నా ఆధిక్యాన్ని కలిగి ఉన్నప్పటికీ ఇద్దరూ సమానులేనని ముందుగా మనం నిర్ధారించి చెప్పకుని తరువాత ప్రకృతి మర్మాల గురించీ, అతీంద్రియ శక్తుల గురించీ మాట్లాడుకుందాం.

సృష్టిలో నిజానికి మొత్తం ఉన్నదంతా 'ప్రాణమే'. మనం మామూలుగా చనిపోయింది అని అనుకునే కళేబరంలో కూడా ప్రాణశక్తి ఉంటుంది. 'నిస్తేజంగా నిశ్చలంగా' ఉన్నది కనుకే ఆ జీవి మరణించిందని మనం చెప్పకుంటాం, మామూలు మాటల్లో నిజానికి ఆ శిథిలమవుతున్న శరీరంలో నుంచి మరో క్రొత్త ప్రాణి రూపుదిద్దు కోవడం ప్రారంభిస్తుంది.

సృష్టి మొత్తం అనంతమైన నిరంతర చైతన్యంతో నిండి వుంది. 'అచలం', 'జడం', 'కదలకుండా ఉంది' అనని మనం అనుకునే పదార్థాలలో అణువుల్లో ఎల్లప్పుడూ భ్రమణం కనిపిస్తూనే ఉంటుంది. ఈ గ్రంథం పదార్థ

పిరమిడ్ స్పిరిచ్చువల్ సొసైటీస్ వారి ఏకైక ధ్యేయం ఆంధ్రదేశాన్ని "స్పిరిచ్యువల్ సైన్స్ (Spiritual Science) " తో నింపడం. ఈ నేపధ్యంలో ఈ " మరణం లేని మీరు" గ్రంధం ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర పాఠ్య గ్రంధంలా విరాజిల్లి తీరుతుంది. ఈ పుస్తక ముద్రణలో అవిరామంగా కృషి చేసి స్పష్టంగా, ఎంతో చక్కగా ముద్రీకరించిన " ఓం ఆర్ట్ ప్రింట్ ". విజయవాడ వారికి నా హృదయ పూర్వక వందనాలు. ముఖ్యంగా ఆ సంస్థ అధినేత మరి విజయవాడ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ స్థాపకులు అయిన శ్రీ ముఖర్జీ గారికి అందరం ఎంతైన ఋణపడి వున్నాం.

ఈ పుస్తకం పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ ధ్యానులందరికీ తప్పనిసరి. అనేకమైన నా జీవిత ధ్యేయాలలో ఈ పుస్తక ప్రచురణతో ఒకానొక అంకం ముగిసింది. పిరమిడ్ ధ్యానులకు, పిరమిడ్ మాస్టర్లందరికీ నా అభినందనలు.

కర్నూలు

1-9-97

- సుభాష్ పత్రి

ముందుమాట ...

మనలో ప్రతి ఒక్కరికీ జిజ్ఞాస ఉంటుంది. నిరంతరం ఏదో ఒకటి నేర్చుకోవాలనే తపన మాత్రమే కొద్ది మందికి ఉంటుంది. అలాంటి వాళ్ళ మొదట భౌతిక శాస్త్రాల మీద తమ ధ్యాసను పెడతారు. ఈ ప్రయత్నం దానంతట ఆదే ఆ మనిషిని ఆధ్యాత్మికతవైపు నడిపిస్తుంది." బయటకు" పరిశీలన చేసే శక్తి నెమ్మదిగా "అంతర్ముఖ" మవుతుంది. "నేను ఎవ్వరిని ? ఈ లోకం లోకి ఎందుకు వచ్చాను ? ఎక్కడ నుంచి వచ్చాను ? మళ్ళీ వచ్చిన చోటుకే తిరిగి వెళ్తానా ?" జీవితం' అంటే ఏమిటి ? చావు అంటే ఏమిటి? 'అమృతం' అంటే ఏమిటి? ఎంత నేర్చుకున్నా నాకు తృప్తి ఎందుకు కలగడం లేదు? " అలాంటి మనిషి భక్తి జ్ఞాన కర్మ మార్గాల్లో దేన్నో ఒక దాన్ని ఎన్నుకోలసి వస్తుంది. అక్కడ నుంచి సాదన ప్రారంభమవుతుంది. ప్రశ్నలన్నీ లయమైపోయిన తరువాతే ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుందనీ వివేకం ఉదయిస్తుందనీ ఐహిక బంధాల నుంచి 'ముక్తి' లభిస్తుందనీ అనేక మంది గురువుల మాటలు గుర్తుకు వచ్చి కొంత ఊరటను ప్రసాదిస్తాయి. సత్యశోతనకు తీవ్రంగా ఉపక్రమించే వారిని 'ముముక్షువులు' అనే పేరు ఉన్నట్టు ఈ సాధకులు తెలుసుకుంటారు. నేను అనే చోటి నుంచి బయలుదేరి కార్యకలాపాలకు మూలంగా అర్ధం చేసుకుంటాడు. అంతా అందరూ ఒకే ఒక్క దివ్యశక్తి యొక్క చిన్ని చిన్ని అంశాలేనన్న సత్యాన్ని గ్రహిస్తాడు. తన చిన్న జ్యోతిని ఆ పెద్ద జ్యోతితో కలిపేస్తాడు. అదే తాను అవుతాడు.

ఇలాంటి సాధన చేసే వాళ్ళకి కొందరు గురువుల సాహచర్యం లభిస్తుంది. అందువల్ల వారి మార్గం సుగమమవుతుంది. కారణ జన్ముడైన ట్యుస్డే లోబ్ సాంగ్ రాంపా ఇలాంటి ఓ గురువు శిష్య పరమాణువులకు వచ్చే అనేక సందేహాలను తేర్చి జ్ఞాన శిరోమణి లాగా భాసించే ఉద్గ్రంధం "You Forever" . ఈ అనువాద కుడిని ఈ గ్రంధం ఎంత ప్రభావితుడిని చేసిందో! ప్రతి సాధకుడికీ ఈ గ్రంధం ఎంతో అత్యుత్తమ జ్ఞానాన్ని అందిస్తుంది. పిరమిడ్ ధ్యానకేంద్రాల్లోని అనేక ధ్యాన మిత్రుల చిరకాలవాంఛ ఈ గ్రంధానువాదంగా రూపం దిద్దుకుంది.

కర్నూలు

1-9-1997

- P.G. రామ్మోహన్

సూచనలు

మీరు ఆధ్యాత్మికం గానూ, మానసికం గానూ, చురుకు గానూ వేగంగా ఎదగడానికి మీరూ నేనూ యిద్దరం కలిసి కృషి చేయాల్సి ఉంటుంది. కొన్ని పాఠాలు పెద్దవి గానూ మిగిలిన పాఠాల కంటే కఠిన తరంగానూ అనిపించవచ్చు. ఈ పుస్తకంలో విషయం స్పష్టంగా సూటిగా ఉంటుంది. హుషారు పుట్టించే మసాలా దినుసులు ఈ గ్రంథంలో ఎక్కడా కనిపించవు.

వారంలోని ఏడు రోజులలో మీకు నచ్చిన ఓ రోజును ఎన్నుకోండి. ప్రతివారం అదే రోజు (రాత్రి) ఈ గ్రంథాన్ని ఖచ్చితంగా మీరు ముందుగా నిర్ణయించుకున్న సమయంలో చదవడానికి ఉద్యమించండి. పుస్తకాన్ని చదివేందుకు కూర్చునే స్థలాన్ని కూడా ప్రత్యేకించి ఉంచుకోవాలి. నిర్దిష్ట ప్రదేశంలో, నిర్దిష్ట సమయంలో, నిర్దిష్ట రాత్రిలో, నిర్దిష్ట దినంలో, నిర్ణీత సమయంలో ఈ గ్రంథపఠనం - అధ్యయనం చాలా మంచిది. మీకు వింతగా తోచే అనేక విషయాలు మీ మనస్సులకు హత్తుకుపోవాలి. మనస్సు లోతుల్లోకి ఈ జ్ఞానం ఇంకిపోవాలి; అంతే తప్ప, ఉబుసుపోక కోసం, కాలక్షేపం కోసం, అర్థం పర్థం లేకుండా వ్యర్థంగా వేగంగా చదవడం కోసం మాత్రం ఈ పుస్తకం మీకు ఎంత మాత్రం పనికి రాదు. ఇందులో వర్ణించబడ్డ జ్ఞానాన్ని మీరు సరిగ్గా అర్థం చేసుకోడానికి కావాల్సిన క్రమశిక్షణ కోసమే ఇలాంటి పద్ధతులను మనం అవలంబించడం అత్యంత ఆవశ్యకం, అత్యంత శ్రేయస్కరం.

ఓ స్థలాన్ని ప్రత్యేకంగా ఎంచుకోండి - ఒక గదిని ప్రత్యేకంగా కేటాయించుకోండి - ఓ చోట సుఖంగా కూర్చోండి. ఏ మాత్రం శ్రమ లేకుండా మీరు ఉండగలిగితే విద్యార్జన కూడా త్వరితగతిని సాగుతుంది. సుఖంగా ఉంటుందనుకుంటే చేరగిలబడి కూర్చోండి - ఎటొచ్చి మీ శరీరంలోని కండరాల మీద ఒత్తిడి రాకుండా చూసుకోండి చాలు. ఏ మాత్రం శ్రమ లేకుండా మీరు

వుండగలిగినట్టయితే మీ ధ్యాస పూర్తిగా ఈ పుస్తకంలోని వాక్యాల మీదా, వాటి వెనుక వున్న భావాల, ఆలోచనల మీదా లగ్నమై అందులోని విషయాలను సులభంగా మీరు ధారణ చేయగలిగే అవకాశం ఉంటుంది. అలా కాకుండా మీ వీపుకు ఏ వస్తువో ఒరుసుకుటూనో, మీ కాళ్ళ క్రింద ఏ వస్తువో గుచ్చు కుంటూనో ఉంటే మీ ధ్యాసంతా ఆ నొప్పి గురించి, ఆ అసౌకర్యాన్ని గురించిన ఆలోచనలతోటే వ్యర్థమైపోతూ ఉంటుంది. ఒక గంటో, రెండు గంటలో కాకపోతే ఓ పాఠం పూర్తయ్యేందుకు మీకు ఎంతకాలం అవసర మవుతుందో అంత సమయమూ మీరు సుఖాసీనులై ఉండాలి. ఈ అధ్యయన సమయంలో మీరు ఎవరి వల్ల ఎలాంటి ఆటంకమూ రాకుండా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మీ ఆలోచనా పరంపరలు నిర్విఘ్నంగా సాగుతూ ఉండాలి.

మీరు చదువుతూన్నప్పుడు పూర్తి విశ్రాంతిని పొందుతున్నట్టే మీకు అనుభూతి కలగాలి. కొన్ని క్షణాలు పూర్తిగా విశ్రాంతిని తీసుకోండి. గాఢంగా ఊపిరి తీసుకోండి. మూడు సార్లు వరుసగా గాఢంగా ఊపిరి తీసుకోండి. గాలి పూర్తిగా మీ ఊపిరితిత్తుల్లోకి నింపుకున్న తరువాత మూడు నాలుగు సెకనుల పాటు దాన్ని అలాగే లోపలే ఉంచుకోండి. తరువాత మూడు నాలుగు సెకనుల కాలంలో పూర్తిగా విశ్వసించండి. మళ్ళీ కొన్ని క్షణాలు రిలాక్సయిపోండి. తరువాత మీ అధ్యయనాన్ని ప్రారంభించండి. మొదటిసారి తేలిగ్గా ఓ న్యూస్ పేపరును చదివే పద్ధతిలో చదవండి. కొంతసేపు చదివాక కాస్త ఆగి మీరు చదివిన విషయాలు మీ మనస్సులోని లోతుల్లోకి చొచ్చుకుపోయేందుకు దోహదం చేయండి. ఒక్కో పేరా గ్రాపును జాగ్రత్తగా విశ్లేషణాత్మకంగా నిశితంగా వీక్షిస్తూ ముందకు సాగండి. మీకు ఏ విషయమైనా సరిగ్గా అర్థం కాకపోతే వెంటనే ఒక చిన్న పుస్తకంలో మీ అనుమానం గురించి వ్రాసి ఉంచుకోండి.

మీకు విషయం అర్థం కావడమే ముఖ్యం. చిలకలాగా కొన్ని వాక్యాల్ని అర్థం తెలియకుండా వల్లించడం నిష్ప్రయోజనం. కాబట్టి ఈ వాక్యాలకు మీరు బానిసలు కాకూడదు. కష్టంగా అనిపించే కొన్ని వాక్యాలను గుర్తుపెట్టుకోవడం కోసం వాటిని వల్లె వేస్తే ఆ వాక్యాల్లోని నిజమైన భావాలు మీ దృష్టికి, ఆలోచనలకు అందకుండా పోయే ప్రమాదం ఉంది. మీరు గ్రహించాల్సింది ప్రతి 'పదార్థాన్ని'

సూచనలు

మీరు ఆధ్యాత్మికం గానూ, మానసికం గానూ, చురుకు గానూ వేగంగా ఎదగడానికి మీరూ నేనూ యిద్దరం కలిసి కృషి చేయాల్సి ఉంటుంది. కొన్ని పాఠాలు పెద్దవి గానూ మిగిలిన పాఠాల కంటే కఠిన తరంగానూ అనిపించవచ్చు. ఈ పుస్తకంలో విషయం స్పష్టంగా సూటిగా ఉంటుంది. హుషారు పుట్టించే మసాలా దినుసులు ఈ గ్రంథంలో ఎక్కడా కనిపించవు.

వారంలోని ఏడు రోజులలో మీకు నచ్చిన ఓ రోజును ఎన్నుకోండి. ప్రతివారం అదే రోజు (రాత్రి) ఈ గ్రంథాన్ని ఖచ్చితంగా మీరు ముందుగా నిర్ణయించుకున్న సమయంలో చదవడానికి ఉద్యమించండి. పుస్తకాన్ని చదివేందుకు కూర్చునే స్థలాన్ని కూడా ప్రత్యేకించి ఉంచుకోవాలి. నిర్దిష్ట ప్రదేశంలో, నిర్దిష్ట సమయంలో, నిర్దిష్ట రాత్రిలో, నిర్దిష్ట దినంలో, నిర్ణీత సమయంలో ఈ గ్రంథపఠనం - అధ్యయనం చాలా మంచిది. మీకు వింతగా తోచే అనేక విషయాలు మీ మనస్సులకు హత్తుకుపోవాలి. మనస్సు లోతుల్లోకి ఈ జ్ఞానం ఇంకిపోవాలి; అంతే తప్ప, ఉబుసుపోక కోసం, కాలక్షేపం కోసం, అర్థం పర్థం లేకుండా వ్యర్థంగా వేగంగా చదవడం కోసం మాత్రం ఈ పుస్తకం మీకు ఎంత మాత్రం పనికి రాదు. ఇందులో వర్ణించబడ్డ జ్ఞానాన్ని మీరు సరిగ్గా అర్థం చేసుకోడానికి కావాల్సిన క్రమశిక్షణ కోసమే ఇలాంటి పద్ధతులను మనం అవలంబించడం అత్యంత ఆవశ్యకం, అత్యంత శ్రేయస్కరం.

ఓ స్థలాన్ని ప్రత్యేకంగా ఎంచుకోండి - ఒక గదిని ప్రత్యేకంగా కేటాయించుకోండి - ఓ చోట సుఖంగా కూర్చోండి. ఏ మాత్రం శ్రమ లేకుండా మీరు ఉండగలిగితే విద్యార్జన కూడా త్వరితగతిని సాగుతుంది. సుఖంగా ఉంటుందనుకుంటే చేరగిలబడి కూర్చోండి - ఎటొచ్చీ మీ శరీరంలోని కండరాల మీద ఒత్తిడి రాకుండా చూసుకోండి చాలు. ఏ మాత్రం శ్రమ లేకుండా మీరు

వుండగలిగినట్టయితే మీ ధ్యాస పూర్తిగా ఈ పుస్తకంలోని వాక్యాల మీదా, వాటి వెనుక వున్న భావాల, ఆలోచనల మీదా లగ్నమై అందులోని విషయాలను సులభంగా మీరు ధారణ చేయగలిగే అవకాశం ఉంటుంది. అలా కాకుండా మీ వీపుకు ఏ వస్తువో ఒరుసుకుటూనో, మీ కాళ్ళ క్రింద ఏ వస్తువో గుచ్చుకుంటూనో ఉంటే మీ ధ్యాసంతా ఆ నొప్పి గురించి, ఆ అసౌకర్యాన్ని గురించిన ఆలోచనలతోటే వ్యర్థమైపోతూ ఉంటుంది. ఒక గంటో, రెండు గంటలో కాకపోతే ఓ పాఠం పూర్తయ్యేందుకు మీకు ఎంతకాలం అవసర మవుతుందో అంత సమయమూ మీరు సుఖాసీనులై ఉండాలి. ఈ అధ్యయన సమయంలో మీరు ఎవరి వల్ల ఎలాంటి ఆటంకమూ రాకుండా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మీ ఆలోచనా పరంపరలు నిర్విఘ్నంగా సాగుతూ ఉండాలి.

మీరు చదువుతూన్నప్పుడు పూర్తి విశ్రాంతిని పొందుతున్నట్టే మీకు అనుభూతి కలగాలి. కొన్ని క్షణాలు పూర్తిగా విశ్రాంతిని తీసుకోండి. గాఢంగా ఊపిరి తీసుకోండి. మూడు సార్లు వరుసగా గాఢంగా ఊపిరి తీసుకోండి. గాలి పూర్తిగా మీ ఊపిరితిత్తుల్లోకి నింపుకున్న తరువాత మూడు నాలుగు సెకనుల పాటు దాన్ని అలాగే లోపలే ఉంచుకోండి. తరువాత మూడు నాలుగు సెకనుల కాలంలో పూర్తిగా విశ్వసించండి. మళ్ళీ కొన్ని క్షణాలు రిలాక్సయిపోండి. తరువాత మీ అధ్యయనాన్ని ప్రారంభించండి. మొదటిసారి తేలిగ్గా ఓ న్యూస్ పేపరును చదివే పద్ధతిలో చదవండి. కొంతసేపు చదివాక కాస్త ఆగి మీరు చదివిన విషయాలు మీ మనస్సులోని లోతుల్లోకి చొచ్చుకుపోయేందుకు దోహదం చేయండి. ఒక్కో పేరా గ్రాఫును జాగ్రత్తగా విశ్లేషణాత్మకంగా నిశితంగా వీక్షిస్తూ ముందకు సాగండి. మీకు ఏ విషయమైనా సరిగ్గా అర్థం కాకపోతే వెంటనే ఒక చిన్న పుస్తకంలో మీ అనుమానం గురించి వ్రాసి ఉంచుకోండి.

మీకు విషయం అర్థం కావడమే ముఖ్యం. చిలకలాగా కొన్ని వాక్యాల్ని అర్థం తెలియకుండా వల్లించడం నిష్ప్రయోజనం. కాబట్టి ఈ వాక్యాలకు మీరు బానిసలు కాకూడదు. కష్టంగా అనిపించే కొన్ని వాక్యాలను గుర్తుపెట్టుకోవడం కోసం వాటిని వల్లె వేస్తే ఆ వాక్యాల్లోని నిజమైన భావాలు మీ దృష్టికి, ఆలోచనలకు అందకుండా పోయే ప్రమాదం ఉంది. మీరు గ్రహించాల్సింది ప్రతి 'పదార్థాన్ని'

కాదు - దాని భావాన్ని, మీరు ఈ పుస్తకాన్ని సంపూర్ణంగా అర్థం చేసుకోవాలి తప్ప ఏవో పరీక్షలు వ్రాసి ఉత్తీర్ణులయ్యేందుకూ లేక ఎక్కువ మార్కులు తెచ్చుకునేందుకూ కాదు.

మీరు ఈ గ్రంథంలోని జ్ఞానాన్ని అర్థం చేసుకుని తద్వారా మీ దేహ బంధాల నుంచి అంటే 'శరీరం' అనే 'జైలు' నుంచి విముక్తి సంపాదించుకోగలుగుతారు. ఈ జీవితంలో మన శరీరం యొక్క ఆవశ్యకత ఏమిటో, దానికి ఉన్న పరిధులు ఏమిటో, అసలు జీవితానికి నిర్దేశింపబడిన పరమార్థం ఏమిటో అన్నీ గ్రహించగలుగుతారు.

ఒక పాఠం పూర్తి చేసిన తరువాత మీ అనుమానాల పుస్తకాన్ని బయటకు తీయండి. అందులో మీరు గుర్తుగా వ్రాసి ఉంచుకున్న అనుమానాలను గురించి మీరే సమాధానాన్ని వెతికి తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేయండి. మాకు ఓ ఉత్తరం వ్రాసి పడేసి జవాబు తెప్పించుకుని చదివి అనుమానాలను నివృత్తి చేసుకోవడం చాలా సులభమైన మార్గంగా మీకు అనిపించవచ్చు. కానీ, మీకు అతి సులభంగా అందుబాటులోకి వచ్చిన జవాబులు పూర్తిగా మీ మస్తిష్కపు లోపలి పొరలలోకి చేరనేచేరవు. ఆత్మశోధన చేసుకుని మీ అంతకు మీరు తెలుసుకున్న సత్యాలే చిరకాలం మీకు అండగా నిలుస్తాయి. మీ అనుమానాలతో మరొకరిని వేధించడం అంత శ్రేయస్కరం కూడా కాదు. జీవహింస చేయకండి !

మీ వంతు కర్తవ్యాల్ని మీరు చేసి తీరాలి. విలువగల వస్తువుని మీరు సంపాదించుకోవాలంటే ఎంతో కొంత పరిశ్రమ, దీక్ష మీకు తప్పదు. అనాయాసంగా ఉదారంగా సంపాదించుకున్న వస్తువులకు విలువ అస్సలు ఉండదు. అందుకే అవి మీకు ఉచితంగా లభిస్తాయి.

సంకుచిత మానసిక ప్రవృత్తిని విడిచిపెట్టి, మీ మనస్సు తలుపులను తెరచి ఉంచుకుని సరికొత్త విజ్ఞానాన్ని లోపలికి ప్రీతితో ఆహ్వానించండి. ఓ వ్యక్తి ఆలోచనలు ఎలా వుంటాయో, అతని ప్రవర్తన కూడా అలాగే ఉంటుందని ఎప్పుడూ మరచిపోకండి.

తొలి పలుకులు

ఏ విషయాలను అందరూ తెలుసుకోవాలో అలాంటి విషయాల మీద ఉత్సాహం కలిగి ఉన్న వాళ్ళ కోసం వ్రాసిన ప్రత్యేక పుస్తకం ఇది.

మొదట్లో ఈ విషయాలను ఓ 'కరస్పాండెన్స్ కోర్సు' లాగా సాధకులకు అందించాలని మేము సంకల్పించాం. కానీ ఆలోచించి చూస్తే ప్రతి సాధకుడు సుమారు 35 పౌండ్ల ధనాన్ని చెల్లించాల్సి వస్తుందని లెక్క తేలింది. అందువల్ల ప్రచురణ కర్తల సలహా, సహకారాలతో ఈ కోర్సును ఒక పుస్తక రూపంలో తీసుకుని రావడం జరిగింది.

మామూలుగా కరస్పాండెన్స్ కోర్సుల్లో విద్యార్థులు కొన్ని ప్రశ్నలు వేయడం ఓ ఆనవాయితీగా జరుగుతూ ఉంటుంది. కానీ, ఈ పుస్తకం గురించి వచ్చే ప్రశ్నలకు సమాధానాలిచ్చేందుకు మేము సిద్ధంగా లేము - కారణాలు ఏమిటంటే :

ఓ బీద రచయిత పుస్తకాలు వ్రాసి తగినంత డబ్బుల్ని సంపాదించలేడు తెలుసా ? నిజంగానే రచయితలకి చాలినంత సంపాదన ఉండదు. పపంచం మొత్తం నుంచి రచయితకి ఉత్తరాలు వస్తూంటాయి. ఎటొచ్చీ ఈ ఉత్తరాలు వ్రాసే వాళ్ళు తమ జవాబులు తమకి తిరిగి వచ్చేందుకు ఖర్చు అయ్యే పోస్టేజీ గురించి ఆలోచించడం మరచిపోతారు. అప్పుడు ఈ రచయితకి ఉత్తరానికి జవాబు వ్రాసి స్వంత ఖర్చుతో పంపించాలో లేక ఆ ఉత్తరాన్ని చెత్త బుట్టలో వేయాలో తెలీదు అయినా ఓ నిర్ణయాన్ని తీసుకోవలసి వస్తుంది.

మా వరకు, మేము మూర్ఖంగా అన్ని ఖర్చుల్నీ భరించి జవాబుల్ని టైప్ చేసి పంపించాం కానీ ఇదంతా ఖర్చుతో కూడుకున్న పని. ప్రశ్నలు అడిగే వాళ్ళకి ఈ విషయం గుర్తుకొస్తే మంచిది.

ఒక పాఠకుడు వ్రాసిన ఉత్తరాన్ని గురించి మీరు తెలుసుకుంటే ఉత్సాహంగా ఉంటుందేమో ? మా పుస్తకాల ఖరీదు మరీ ఎక్కువని, అందువల్ల

తనకు నేను ఫ్రీ కాపీలను పంపించాలని కొందరు ఉత్తరాలు వ్రాస్తూంటారు. ఒకాయన ఏం వ్రాశాడంటే మా పుస్తకాలు ఖరీదు ఎక్కువ కనుక మేమే ఆటోగ్రాఫ్ చేసిన పుస్తకాలు రకానికి ఒకటి చొప్పున పంపించమని వ్రాస్తూ, పనిలో పనిగా తనకు ఇంకో రచయిత వ్రాసిన మరో రెండు పుస్తకాల్ని కూడా పంపించమని వ్రాశాడు. అదీ సంగతి. ఈ ఉత్తరానికి మేము సరియైన జవాబిచ్చాంలేండి !

ఈ పుస్తకాన్ని మీరు చదివితే మీకు కొంత లాభం కలుగుతుంది. ఈ గ్రంథాన్ని క్షుణ్ణంగా అధ్యయనం చేస్తే మీకు ఇంకా ఎక్కువ లాభం కలుగుతుంది. మామూలు కరస్పాండెన్స్ కోర్సుల్లో కనిపించని ఎన్నో అంశాలు ఈ పుస్తకంలో కనిపిస్తాయి.

ఈ పుస్తకాన్ని అనుసరించి వచ్చే ఇంకో పుస్తకం గురించి మేము ఆలోచిస్తున్నాం. అందులో గూఢ విద్యల మీద అనేక అంశాల గురించి విపులీకరణలు ఉంటాయి. ఓ నిఘంటువులాగా ఇలాంటి పుస్తకం ఎక్కడైనా దొరుకుతుందేమోనని అనేక ప్రదేశాల్లో ప్రయత్నించి విఫలమై మేమే ఓ పుస్తకం వ్రాసే ప్రయత్నం ప్రారంభించాం. ఆ రెండో పుస్తకాన్ని కూడా ఈ పుస్తకానికి సహకారిగా మీరు గ్రహించగలరు.

– T. లోబ్‌సాంగ్ రాంపా

లోపల ...

అనుబంధం

మొదటి పాఠం

ప్రాణశక్తి

పూర్ణాత్మ గురించీ, అతీంద్రియ శక్తుల గురించీ తెలుసుకోవాలని ప్రయత్నించే ముందు మనం మొట్టమొదటగా 'మానవుని నైజం' గురించి తెలుసుకోవాల్సి ఉంటుంది. 'మానవుని ప్రకృతి' అంటే అది పురుషుడికీ స్త్రీకీ కూడా సమానంగానే అని అర్థం చెప్పకోవాలి. నిజానికి పురుషుడి కన్నా స్త్రీలకే ఎక్కువ కాంతివంతమైన తేజశ్శరీరం ఉంటుంది. వాళ్ళు ఆధ్యాత్మిక తత్త్వాన్ని కూడా పురుషుడి కన్నా మెరుగ్గానే గ్రహించగలిగే నేర్పుని కలిగి ఉంటారు. ఈ విధంగా స్త్రీలు పురుషుల కన్నా ఆధిక్యాన్ని కలిగి ఉన్నప్పటికీ ఇద్దరూ సమానులేనని ముందుగా మనం నిర్ధారించి చెప్పకుని తరువాత ప్రకృతి మర్మాల గురించీ, అతీంద్రియ శక్తుల గురించీ మాట్లాడుకుందాం.

సృష్టిలో నిజానికి మొత్తం ఉన్నదంతా 'ప్రాణమే'. మనం మామూలుగా చనిపోయింది అని అనుకునే కళేబరంలో కూడా ప్రాణశక్తి ఉంటుంది. 'నిస్తేజంగా నిశ్చలంగా' ఉన్నది కనుకే ఆ జీవి మరణించిందని మనం చెప్పకుంటాం, మామూలు మాటల్లో నిజానికి ఆ శిథిలమవుతున్న శరీరంలో నుంచి మరో క్రొత్త ప్రాణి రూపుదిద్దు కోవడం ప్రారంభిస్తుంది.

సృష్టి మొత్తం అనంతమైన నిరంతర చైతన్యంతో నిండి వుంది. 'అచలం', 'జడం', 'కదలకుండా ఉంది' అనని మనం అనుకునే పదార్థాలలో అణువుల్లో ఎల్లప్పడూ భ్రమణం కనిపిస్తూనే ఉంటుంది. ఈ గ్రంథం పదార్థ

విజ్ఞానశాస్త్రం గురించీ, రసాయన శాస్త్రం గురించీ కాదు కనుక స్థూలంగా 'అణువులు' అనే పదాన్నే మనం ఉపయోగిద్దాం, అనవసరంగా 'పరమాణువులు', న్యూట్రాన్లూ', 'ప్రోటాన్లూ', 'ఎలక్ట్రాన్లూ' లాంటి పదాలను ఉపయోగించకుండా 'జగత్తు' అనే చిత్రం స్తబ్ధంగా కనిపించినా నిరంతర భ్రమణమే దాని అసలు స్వరూపం.

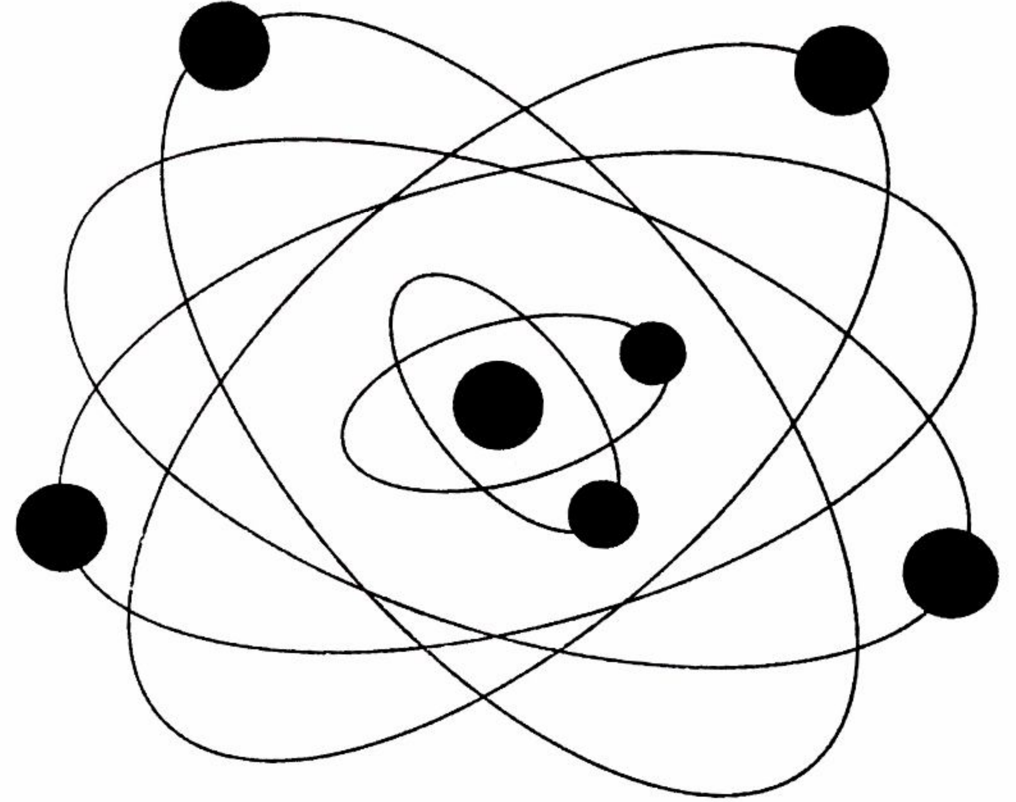
మనం అణువుల గురించీ, పరమాణువుల గురించీ కూడా కొంత చర్చించుకుంటే మంచిదేమో ! లేకపోతే పదార్థ విజ్ఞానశాస్త్రం గురించి మనకేమీ తెలియదనుకుని కొంతమంది మేధావులు మనకు తెలిసిన విషయాల గురించే మళ్ళీ మళ్ళీ వ్రాసి మనకే బోధించే ప్రయత్నం చేసే అవకాశం ఉంది. వాళ్ళ జిజ్ఞాసని కూడా గుర్తిస్తూ ఆ మాటలని మనమే అనుకుంటే వాళ్ళకి కూడా తృప్తిగా అనిపిస్తుంది; ఔనా? 'అణువులు' అంటే ఓ పదార్థపు లక్షణాలని కోల్పోని అతిచిన్న తునకలన్నమాట. ఇవి ఎంత చిన్నవంటే వీటిని కంటితో చూడాలనుకుంటే వీలుపడదు. ఎలక్ట్రాను మైక్రోస్కోపు లనైనా ఉపయోగించాలి లేకపోతే దివ్యదృష్టిని సమకూర్చుకున్న యోగులను అడిగైనా తెలుసుకోవాలి.

అణువులని నిశితంగా పరీక్షిస్తే అణువులు చిన్నవైనా అవి ఇంకా చిన్నవైన కొన్ని పరమాణువుల సముదాయంతో ఏర్పడి ఉన్నాయనే సత్యం గోచరిస్తుంది.

ఓ పరమాణువు చూడటానికి ఓ చిన్నసైజు సూర్య కుటుంబంగా ఉంటుంది. పరమాణువు మధ్యలో ఉన్న భాగం సూర్యుడిలాగా, ఆ మధ్యభాగం చుట్టూ కొంత దూరంలో ప్రదక్షిణ చేస్తూన్న ఎలక్ట్రానులు భూమి, శుక్రుడు, అంగారకుడు లాంటి గ్రహాల లాగా మనకి గోచరిస్తాయి. ఓ సూర్యకుటుంబంలో ఖాళీ స్థలమే ఎక్కువగా ఉంటుందని మనకి తెలుసు. అలాగే ఓ అణువు లోపల కూడా చాలా భాగం ఖాళీ స్థలమే.

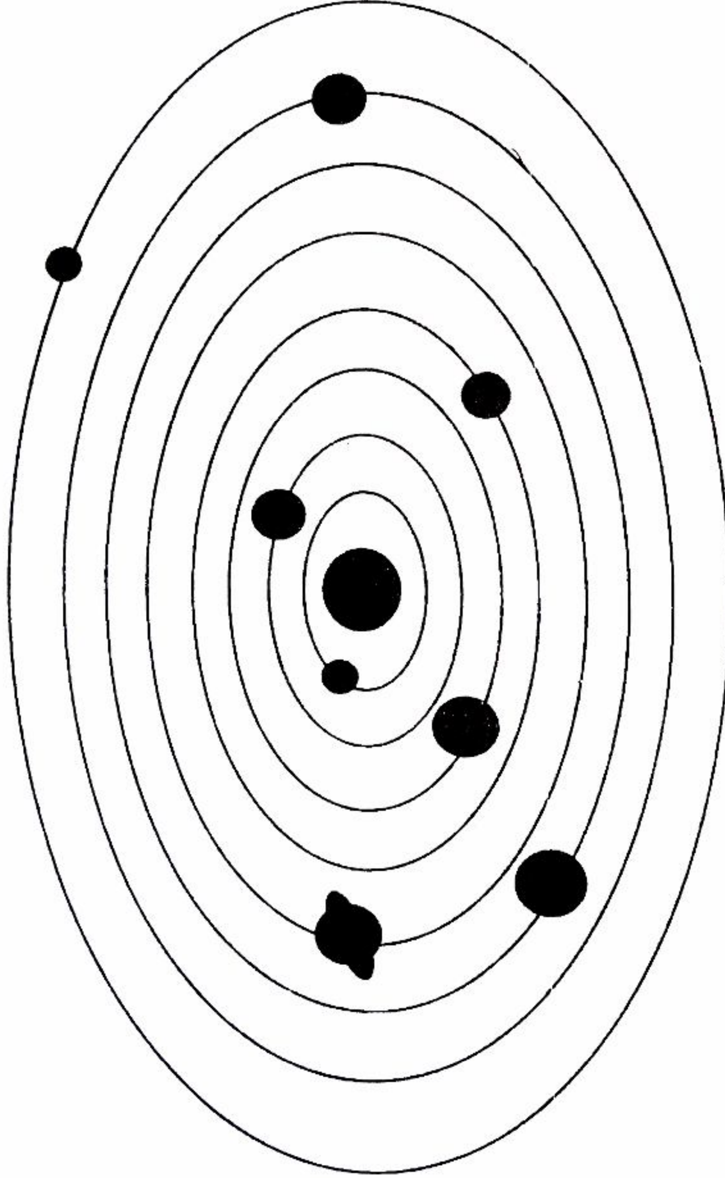
ప్రక్క పేజీలలోని రెండు చిత్రాలను గమనించండి. మొదటిది మన మూలకాల కుటుంబంలోని ముఖ్యమైన కార్బన్ అణువు బొమ్మ. రెండవది మన సూర్యకుటుంబం బొమ్మ. మొదటి బొమ్మలో కన్పించే కార్బన్

Fig 1



CARBON ATOM

Fig 2



SOLAR SYSTEM

అణువులతోనే మన విశ్వం మొత్తం ఏర్పడింది. ప్రతి పదార్థం లోనూ మధ్యలో వుండే న్యూక్లియస్ చుట్టూ విభిన్న సంఖ్యలో ఎలక్ట్రానులు గిర్రున పరిభ్రమిస్తూ ఉంటాయి. ఉదాహరణకి: కార్బన్ అణువులో ఆరు ఎలక్ట్రానులు న్యూక్లియస్ చుట్టూ తిరుగుతూ ఉంటాయి. (యురేనియం అణువులో 92 ఎలక్ట్రానులు పరుగులు పెడుతూ ఉంటాయి.) ఇక ఈ న్యూక్లియస్‌లోని ప్రోటాన్ల, న్యూట్రాన్ల గురించీ, ఎక్కువగా చుట్టూ దూరంగా భయభక్తులతో ప్రదక్షిణలు చేస్తున్న ఎలక్ట్రాన్ల గురించీ మాట్లాడడం తగ్గించి మామూలుగా 'అణువులు' అనే చెప్పకుందామా?

మానవుడు కూడా అనేకమైన అణువుల సముదాయమే. చూడటానికి ఓ ఘనపదార్థంలాగా, విగ్రహంలాగా మనం కనిపిస్తున్నాం. మన ఎముకల గూటి లోంచి, కడుపు మీది కండరాల లోంచి ఓ వ్రేలును ఈ ప్రక్క నుంచి ఆ ప్రక్కకి వెళ్ళేలా చేసేందుకు మనం ప్రయత్నిస్తే అదంత సులభమైన పని కాదని మనకి అర్థమౌతుంది. మనం మనుష్యులం కనుక మనవాళ్ళకి మన శరీరం ఓ ఘన పదార్థంలాగా కనిపిస్తూంది. కానీ నిజానికి ఇది మన మీద రుద్దబడిన ఓ భ్రమ మాత్రమే. మన శరీరాన్ని అత్యంత సూక్ష్మమైన ఓ క్రిమి తగినంత దూరంలో నిలబడి చూస్తూ ఉందని అనుకోండి. ఆ క్రిమికి మన శరీరం అనేక గ్రహాల సముదాయం లాగా, ఓ విశ్వ కాయంగా, అనేక నదుల సంగమంలాగా, అనేక సూర్యుళ్ళ, నక్షత్రాల కుప్పల్లాగా, మబ్బుల్లాగా, జలపాతాలలాగా కనిపిస్తుంది. మన ఎముకలు ఉన్నచోట్లలో గుత్తులు గుత్తులు గానూ, మాంసం ఉన్నచోట్ల కాస్త చెల్లాచెదురు మబ్బుల్లాగానూ మన శరీరం ఆ సూక్ష్మజీవికి కనిపిస్తుంది.

నక్షత్రాలు స్పష్టంగా కన్పిస్తున్న ఓ రాత్రివేళ ఓ పెద్ద కొండమీద మీరు నిలబడి ఆకాశం వంక చూస్తూ ఉన్నారనుకోండి. సిటీలోని దీపాల కాంతి ఆకాశంలోని పొగమంచు తెరల మీద పరావర్తనం చెంది ఆకాశంలోని నక్షత్రాలు కనిపించకుండా పోయే పరిస్థితి లేదనుకోండి (అలాంటి పరిస్థితి రాకూడదనే నక్షత్రశాలల్ని సిటీలకు చాలా, చాలా దూరప్రాంతాల్లో నిర్మిస్తారు.) ఆకాశంలో దూరం దూరంగా విసిరి వేయబడినట్లు ఉండే నక్షత్రాలు తోరణాలుగా, గుంపులుగా మీ కళ్ళముందు నెమ్మదిగా కదుల్తూ మీకు

కనిపిస్తాయి. అనేక విశ్వాలు మీ కళ్ళ ముందు మిణుకు మిణుకు మంటూ వెలుగుతూంటే ఆ కనిపించే రోదసి వైశాల్యాన్ని మీరు గమనించకుండా ఉండలేరు. నక్షత్రాలు, ప్రపంచాలు, గ్రహాలు, అణువులు! "ఇందాక మనం అనుకున్న సూక్ష్మజీవికి మన శరీరం కన్పించే విధంగానే మనకు ఈ రాత్రి ఈ ఆకాశ చిత్రం కన్పిస్తోంది" అని అనిపించటం లేదూ?

నక్షత్రాల మధ్య అనూహ్యమైన ఖాళీ ఆకాశం ఉంది. మీరు ఓ పెద్ద రోదసీ నౌకలో కూర్చుని ఏ నక్షత్రానికీ, గ్రహానికీ తగలకుండా చాలా సులభంగా ఖాళీ ఆకాశంలో విహారాలు చెయ్యొచ్చు. ఈ ఖాళీ స్థలంలో కూడా ఏదయినా పదార్థం ఉండి ఉంటే ఎలా ఉంటుంది? ఈ ఆకాశం అప్పుడు ఎలా కనబడుతుంది ! మన సూక్ష్మజీవి కూడా ఇలాగే ఆలోచిస్తూ ఉంటుందా? "ఆ సూక్ష్మజీవికి కనిపించే అణువుల సముదాయం మనమే" అని మనకు తెలుసు. కానీ దానికి తెలీదు. అలాగే మనకు కన్పించే ఈ విశ్వపు పూర్తి స్వరూపం నిజంగా ఎలా ఉంటుందో మనకు తెలియదు. ప్రతి మనిషీ ఓ విశ్వం లాంటి వాడే. ఈ విశ్వంలో గ్రహాలు సూర్యుళ్ళ చుట్టూ, ఎలక్ట్రాన్లు న్యూక్లియస్‌ల చుట్టూ ఎప్పుడూ తిరుగుతూనే ఉంటాయి. రాతిలోనూ, ఓ చెట్టుకొమ్మలోనూ, ఓ నీటి చుక్కలోనూ ఈ నిరంతర భ్రమణం అవిశ్రాంతంగా జరుగుతూనే ఉంటుంది.

మానవులలోని అణువుల్లోని పరిభ్రమణం ఓ విధమైన 'విద్యుత్'ను సృష్టిస్తుంది. ఈ విద్యుత్ పైనున్న 'పరమాత్మ అందించే విద్యుత్'తో కూడి "ప్రాణశక్తి" అనే పేరుతో పిలువబడుతుంది. ఈ ప్రాణశక్తితోనే ఈ ప్రపంచంలో జీవితం సాగుతోంది. మన భూమ్మీది ఉత్తర, దక్షిణ ధృవ ప్రాంతాల్లో అయస్కాంత క్షేత్రాల తీవ్ర శక్తివల్ల మనకి 'అరోరా బోరియాలిస్' అని పిలువబడే కాంతి రేఖలు కన్పిస్తూంటాయి. ప్రతి మనిషి ఓ ప్రత్యేక లోకం లాగా విడిగా ఉండిపోలేడు. మిగతా మనుషుల, జంతువుల, వృక్షాల, క్రిమికీటకాల ప్రాణశక్తి విన్యాసాల లీలల మధ్య తాను కూడా వెలుగుతూ ప్రకాశిస్తూ ప్రవర్తిస్తూ ఉండాల్సిందే. ఈ లోకంలో మానవుడి జీవితం మిగతా జీవరాశుల ఉనికి మీదే ఆధారపడి వుంది. మిగతా జీవరాశులు లేకపోతే మనిషి లేడు. ఇతర జీవరాశుల ఉనికి లేకపోతే ఏ జీవీ చిరకాలం జీవించి ఉండే అవకాశం లేదు. జీవులన్నింటికీ 'సహజీవనం' అనివార్యం.

ఆకాశంలో నక్షత్రాలు ఓ చోటులో ఒత్తుగా సాంద్రంగా కనిపిస్తాయి ; మరోచోట విసిరేసినట్లు దూరంగా కన్పిస్తాయి. అలాగే ఓ రాతిలో అణువులు దగ్గర దగ్గరగా కూడి ఉంటాయని అనుకోవచ్చు. ఓ గాలి అణువును తీసుకుని పరీక్షిస్తే వాటి అణువులు దూరం దూరంగా జరిగి వున్నట్టు కన్పడ్తాయని గ్రహించవచ్చు. గాలి అణువులు సులభంగా మన శరీరంలోనికి దూసుకెళ్ళి ఊపిరితిత్తుల్లోంచి నేరుగా రక్తంలోకే వెళ్ళగలుగుతాయి. భూమిని ఆవరించి ఉన్న గాలి పొరని దాటి ఉన్న రోదసీ ప్రదేశం ఖాళీగా ఉందని మనకు అనిపించవచ్చు. కానీ నిజంగా అందులో దూరం దూరంగా విసిరివేయబడిన హైడ్రోజన్ అణువులు ఉన్నాయి. ఈ హైడ్రోజన్ అణువులు పిచ్చిపిచ్చిగా పరిభ్రమిస్తూ ఉంటాయి, ఓ తీరూ తెన్నూ లేకుండా.

ఒక శరీరంలో అణువుల సాంద్రత ఎక్కువ కనుక మరో జీవి ఈ శరీరంలోనికి చొచ్చుకు పోవడం జరగని పని అని మనకు తెలుసు. కానీ, ఓ గోడ లోంచి ఓ దయ్యం సులభంగా దూరి వెళ్ళిపోతుందనే విషయం మనం వినే ఉంటాం. దానికి కారణం దెయ్యం శరీరంలోని అణువులు గోడ అణువుల కన్నా అతి తక్కువ సాంద్రంగా ఉండటమేనని సులభంగా ఊహించవచ్చు. గాలి ఓ జల్లెడలో నుంచి ఎలా ఆ వైపుకు పోగలుగుతుందో అదే విధంగా ఎక్కువ సాంద్రత గల గోడ లోంచి తక్కువ సాంద్రత గల దెయ్యం ఆ వైపుకి ఏ అణువుకూ కొట్టుకోకుండా సులభంగా వెళ్ళిపోగలదని మనం ఊహించడం అంత కష్టమేమీ కాదు. ఈ జగత్తు సాపేక్షంగా ఘన, ద్రవ, వాయు రూపాల్లో గోచరిస్తూ ఉంటుంది. ఈ జగత్తును పరిశీలించే జీవి సైజుని బట్టి అణువుల పొందికను బట్టి ఈ జగత్తులో కనిపించే దృశ్యాలు మిథ్యాసదృశ్యాలు. ఘన పదార్థం నిజంగా ఘన పదార్థం కాదు. ద్రవ పదార్థం నిజంగా ద్రవ పదార్థం కాదు. మన కంటికి రాతి గోడలాగా కనిపించే వస్తువు ఓ ఏకకణ జీవికి జల్లెడలా కన్పిస్తే ఏమీ ఆశ్చర్యం లేదు. ఓ దెయ్యానికి గానీ, మరో లోకం నుంచి వచ్చిన మరో జ్యోతి స్వరూపానికి కానీ మన ప్రపంచం నక్షత్రాల సముదాయాలలాగా కానీ, విరజిమ్మబడిన ఇసుక రేణువుల్లాగా గానీ కనిపించడం నిజంగా సాపేక్షతే కానీ మరొకటి కాదు.

రెండవ పాఠం

సిల్వర్‌కార్డ్

మానవ శరీరం ఓ అణువుల సముదాయం అని ఇందాకే మనం అనుకున్నాం. ఓ వైరస్ మనల్ని చూస్తే దానికి మన శరీరం అణువుల రూపంలోనే కనిపిస్తుంది. ఇంకో రకంగా ఆలోచిస్తే మానవుడు కొన్ని రసాయనాల మిశ్రమాలతో ఏర్పడినవాడని కూడా అనిపిస్తుంది.

మానవ శరీరంలో అనేక రసాయనిక పదార్థాలు ఉన్నాయి. శరీరంలో ఎక్కువ భాగం నీటితో నిండి ఉంటుంది. ఈ మాటకు మొదటి పాఠంలోని ఏదయినా మాటకు తేడా ఉందని మీకు అనిపిస్తే నీరు కూడా అణువుల సముదాయంతో ఏర్పడిందే నన్న నిజాన్ని ఓసారి గుర్తు చేసుకోండి. ఓ వైరస్‌కి మీరు గనక మాటలు నేర్పితే(!) "మీ దేహంలో ఎక్కువ నీళ్ళే కనబడు తున్నాయి" అని ఆ జీవి మీకు తప్పక చెబుతుంది. అలాగే ఇంకో మాట కూడా అంటుంది- "మీ శరీరంలోని గాలి అణువులని చూస్తే సముద్రం ఒడ్డులో ఉన్న ఇసుక లాగే నాకు కన్పిస్తోంది" అని. ఇక మన శరీరంలోని రసాయనాల గురించి తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం.

మనం ఓ ఎలక్ట్రికల్ షాపుకి వెళ్ళి ఓ టార్చిసెల్‌ని కొన్నామనుకోండి. ఆ టార్చిసెల్ మధ్యలో ఓ పెన్సిల్ మందంలో ఓ కార్బన్ కడ్డీ ఉంటుంది. దానిచుట్టూ కొన్ని రసాయన పదార్థాలు ఉంటాయి. ఈ మొత్తం ఓ జింకు పైపులో బిగించబడి ఉంటుంది. సెల్ లోపల బాగా తడిగా ఉంటుంది. పైకి మాత్రం

పొడిగా కన్పించే ఈ బ్యాటరీ సెల్‌ని డ్రై సెల్ అని మనం పిలుస్తూ ఉంటాం. ఇట్లాంటి సెల్స్ కొన్ని కలిపితే బ్యాటరీ అంటాము. ఈ బ్యాటరీలను టార్చిలైటులో ఉంచి స్విచ్‌నొక్కగానే ఆ సెల్స్‌లో విద్యుత్ సృష్టించబడి ఓ లైటు వెలుగుతుంది. స్విచ్ ఆపగానే బ్యాటరీలోని రసాయనిక చర్య ఆగిపోయి విద్యుత్ ప్రవాహం ఆగిపోతుంది. రసాయనిక చర్యకు జింకు రేకు కొద్ది కొద్దిగా కరుగుతూ ఉంటే విద్యుత్ పుట్టడం ప్రారంభమవుతుంది. రసాయనిక చర్య జరగక ముందు బ్యాటరీ సెల్‌లో విద్యుత్ ఉండదు.

ఉప్పునీళ్లలో ఊరకే నిలబడి వున్న చిన్న పడవలలో, పెద్ద ఓడలలో కూడా ఇలాగే విద్యుత్ తయారవుతుందనే విషయం గురించి బహూశా మీరు వినే ఉంటారు. ఉప్పు నీళ్లలో తేలుతున్న పడవ అడుగు భాగంలో ఉన్న రెండు విభిన్న లోహపు రేకుల మధ్య కొన్ని పరిస్థితులలో ఇలాంటి విద్యుత్ తయారవుతుంది. దురదృష్టవశాత్తు ఓ పడవకి అడుగు భాగంలో ఓ రాగి రేకు తాపడం చేసి ఉందనుకోండి. ఆ రాగి రేకుకు పైన కొన్ని ఇనుప బద్దీలను స్క్రూలతో గానీ మేకుల్తో గానీ బిగించి ఉంచారనుకోండి. కొన్ని ప్రత్యేకమైన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోతే ఉప్పునీళ్లలో ఎలక్ట్రాలిసిస్ చర్యవల్ల ఆ రాగిరేకు ఇనుపబద్దీల జంక్షను చిలుంపట్టిపోయి పొడిపొడిగా రాలిపోయి నామరూపాలు లేకుండా పోతుంది. ఇలాంటి ఉపద్రవం జరగకుండా ఉండేందుకు, పడవ పాడైపోకుండా వుండేందుకు ఓ 'త్యాగపు ధన ధృవాన్ని' (Sacrificial Anode) ఓ జింకు రేకులాంటి దాన్ని ఉపయోగిస్తారు. రసాయనిక చర్య జరిగితే ఈ జింకురేకు పాడైపోతుందే తప్ప మిగతా పడవ పాడుకాదు. అప్పుడప్పుడూ జింకు రేకును మార్చుకుంటూ ఉంటేచాలు. రాగి, కంచు ఋణ విద్యుత్‌కు, జింకు అల్యూమినియం, మెగ్నీషియం ధన విద్యుత్‌కు ఆలంబనగా ఉంటాయి. ఓడకి ఉపయోగించే ప్రొపెల్లర్లను కాంస్యంతో తయారు చేస్తారు. ఇవి ఎలక్ట్రాలిసిస్ ద్వారా పాడయిపోకుండా ఉండేందుకు షిప్ ఇంజనీర్లు ఓ "Sacrificial anode" ని ప్రొపెల్లర్ల దగ్గర అమరుస్తారు. ఇదంతా ప్రస్తుతం చెప్పడం ఎందుకంటే విద్యుత్ ఎలా ఉంటుందో, ఎన్ని విచిత్ర పద్ధతులల్లో పరిస్థితుల్లో అది తయారవుతుందో అర్థం కావడానికే !

మానవుని మెదడులో కూడా విద్యుత్ ఉత్పత్తి అవుతుంది ! మన శరీరంలో అనేక లోహాల కణాలు ఉంటాయి. జింకు, కార్బన్ అణువులు ఉంటాయి. మన శరీరం అనేక కార్బన్ అణువులతోనే నిర్మితమయి వుందనే విషయాన్ని మరిచిపోకండి. శరీరంలో నీళ్ళున్నాయి. ఇంకా ఉప్పు, మెగ్నీషియం, పొటాషియం లాంటి రసాయనాలు కూడా ఉన్నాయి. వీటి రసాయనిక చర్య వల్ల మెదడులో కొద్ది మొత్తంలో విద్యుత్ తయారవుతుంది. దీన్ని మనం గుర్తించవచ్చు. రికార్డు చెయ్యవచ్చు. ఎంత విద్యుత్ప్రవాహం ఉందో లెక్కించనూవచ్చు.

ఓ మానసిక రోగి మెదడులోని విద్యుత్తరంగాలని ఓ గ్రాఫు పేపరు మీద రికార్డ్ చేసే యంత్రాలని మీరు చూసే ఉంటారు. ఓ రోగి తల మీదా, కణతల మీదా చిన్న రేకు ముక్కల్ని టేపుతో అంటించి ఆ రేకు ముక్కల్ని వైర్లతో కలిపి, "ఎలక్ట్రో ఎన్‌సెఫిలో గ్రాఫ్" అనే యంత్రానికి అనుసంధానం చేస్తారు. బ్రెయిన్ వేవ్స్ (మెదడు నుంచి వచ్చే విద్యుత్ తరంగాలు)ని ఈ యంత్రం రికార్డ్ చేస్తుంది. తెలివిగల డాక్టర్లు ఈ గ్రాఫుని పరీక్షగా చూచి ఆ రోగి జబ్బేమిటో సులభంగా తెలుసుకుంటారు.

మానవుని మెదడు విద్యుత్ తరంగాలని సృష్టించటమే కాదు దివ్యాత్మ లేక పరమాత్మ నుంచి వచ్చే విద్యుత్ తరంగాల్ని ఓ రేడియో రిసీవరులాగా కూడా గ్రహించగలదు. మానవుడు పరిశీలించి నేర్చుకునే సమస్త విజ్ఞానాన్నీ, అనుభవాలనీ విద్యుత్ సంకేతాలుగా మార్చి దివ్యాత్మకు అందిస్తూ ఉంటుంది మానవునని మెదడు. దివ్యాత్మకీ మానవుడి మెదడుకీ మధ్య వ్యాపించి ఉన్న తెగిపోని, కంటికి కనిపించని ఓ వెండి తీగపోగు (Silver Cord) ద్వారా ఈ విద్యుత్ తరంగాలు రెండు ప్రక్కలా తిరుగుతూ ఉంటాయి.

రిమోట్ కంట్రోల్‌తో పనిచేసే ఆట వస్తువులని మీరు చూసే ఉంటారు. రిమోట్ కంట్రోల్‌తో నడిచే విమానాలు కూడా ఉన్నాయి. "మన శరీరం కూడా ఓ రిమోట్ కంట్రోల్‌తో నడిచే ఓ వాహనం లాంటిది" అని ఊహించుకోవచ్చు. ఓ చిన్నకుర్రాడు తన చేతిలోని రిమోట్ కంట్రోల్ స్విచ్‌ని ముందుకూ, వెనక్కూ, ప్రక్కకూ కదిపి ఓ కారు బొమ్మని ముందుకూ, వెనక్కి

ఎలా పరిగెత్తిస్తూ ఆడుకుంటూ ఉంటాడో మీరు చూసే ఉంటారు. మన శరీరం కూడా సరిగ్గా ఇలాంటి వాహనమేనని పోలిక చెప్పవచ్చు. దివ్యాత్మ తాను క్రిందకీ, భూమ్మీదకు రాకుండా, తన బదులు ఓ మానవ దేహాన్ని క్రిందకి పంపించి రిమోట్ కంట్రోల్ స్విచ్‌లను తన దగ్గర ఉంచుకుని ఓ ఆటలాగా నాటకాన్ని ఆనందిస్తూ ఉంటాడు. మానవదేహం అనుభవించే అన్ని అనుభవాలూ, ఆలోచించే అన్ని ఆలోచనలూ, నేర్చుకునే సమస్త విద్యలూ, అన్నీ జాగ్రత్తగా దివ్యాత్మలోని జ్ఞాపకాల భాండాగారంలో క్రమబద్ధంగా క్రోడీకరించబడుతూ ఉంటాయి.

బాగా తెలివితేటలున్న కొంతమందికి ఉన్నట్టుండి ఓ 'ప్రేరణ' కలుగుతూ ఉంటుంది. ఈ ప్రేరణ దివ్యాత్మ నుంచి నేరుగా వారికీ, దివ్యాత్మకూ మధ్యనున్న "వెండి తీగ ప్రోగు" ద్వారానే అందుతుంది లియొనార్డో డా విన్సీ పేరు మీరు వినే ఉంటారు. ఆయనకి ఎప్పుడూ దివ్యాత్మతో సంబంధం స్థిరంగా ఉండేది. ఆయన తాను చేసే ప్రతి పనిలో కూడా 'మహామేధావి'గా గుర్తించబడ్డాడు. గొప్ప గొప్ప చిత్రకారులూ లేదా గొప్ప గొప్ప సంగీత విద్వాంసులే వారి వారి దివ్యాత్మ లతో కొన్ని తీగల ద్వారా ఇలాంటి సంబంధమే కలిగి ఉండి, దాని ద్వారానే వారు గొప్ప ప్రేరణలని స్వీకరించి తమ తమ విద్యల్లో ప్రతిభా పాటవాల్ని ప్రదర్శింపగలిగి భాసిస్తూ ఉంటారు. గొప్ప చిత్రాలు, గొప్ప సంగీతమూ ప్రపంచానికి ఇలాగే అందాయి - పైనుంచి మానవుణ్ణి ప్రేరేపిస్తున్న దివ్యాత్మల నుంచి.

దివ్యాత్మకూ మానవుడికీ మధ్య ఉన్న వెండి తీగ ప్రోగు ద్వారా మానవుడు "తల్లి నుంచి వీడిపోని బిడ్డ" లాగా ఉంటాడు. తల్లికీ, బిడ్డకూ మధ్య తెగిపోని ప్రేగు బొడ్డు వద్ద కలసి వున్నట్టే పరమాత్మకీ జీవుడికీ మధ్య వెండి వన్నెల తీగ ప్రోగు తెగి పోని సంబంధం లాగా కలసి ఉంటుంది. తల్లినీ, బిడ్డనీ కలిపే ప్రేగు సృష్టిలో చాల గొప్పది. విచిత్రంగా నిర్మించబడిన బంధం అది. కానీ వెండితీగ ప్రోగుతో పోలిస్తే ఈ మాంసపు ప్రేగు ఓ మామూలు దారపు ముక్కలాగా అనిపించక మానదు ! మన కంటిచూపుకు అందని ఆ వెండి తీగ ప్రోగు ఈ సృష్టిలోనే ఉన్న కొన్ని జంతువుల కళ్ళకి సహజంగానే

కనిపిస్తూ వుంటుంది. ఎందుకంటే ఆ జంతువుల కళ్ళకి కనిపించే కాంతి తరంగాల ప్రకంపనాల హద్దుల్లో ఈ వెండి-తీగ అణువుల ప్రకంపనాలు ఉండటం వల్ల! ఇట్లాంటి ఉదాహరణే ఇంకొకటి గమనిద్దాం.

కుక్కల్ని పిలవడానికి ఓ ఈలని ఉపయోగిస్తారు. మామూలు ఈలాగే ఉండే ఈలశబ్దం మన చెవులకి అస్సలు వినిపించదు. కానీ దూరంగా ఉన్నా కుక్కలకి మాత్రం స్పష్టంగా వినిపించి అవి మన వద్దకి పరిగెట్టుకుంటూ వస్తాయి! ఈ వింతకి కారణంపై వింత లాంటిదే - కుక్కకి వినిపించే శబ్దతరంగాల ప్రకంపనాల స్థాయిని మన చెవులు గ్రహించలేకపోవడమే. ఈ కారణం వల్ల వెండి - తీగ కాంతి తరంగాల ప్రకంపనాల స్థాయిని మన చెవులు - కళ్ళు గ్రహించలేక పోవడమే. ఈ కారణం వల్ల వెండి-తీగ కాంతి తరంగాల ప్రకంపనాలనని చూడగలిగే కళ్ళున్న అన్ని జంతువులకు ఈ వెండి తీగా, మనిషి శరీరం చుట్టూ వ్యాపించి ఉండే విద్యుత్ తరంగ కాంతి దేహము రెండూ స్పష్టంగా కనిపిస్తూ ఉంటాయి.

బలహీనుడు కసరత్తు చేసి బలం పుంజుకుని బరువుల్ని సునాయాసంగా ఎత్తగల సామర్థ్యాన్ని ఎలా పొందే వీలు ఉందో, అలాగే ఓ యోగి కానీ, ఓ మనుష్యుడు కానీ యోగసాధన తీవ్రంగా చేసి మామూలు కంటికి కనిపించని వెండి తీగనూ, విద్యుత్‌కాంతి దేహాలనూ చూడగలిగే సామర్థ్యాన్ని సంపాదించుకోవడం సర్వ సామాన్యం. ఈ వెండి తీగలోని అణువులు దూరదూరంగా ఉండి ఓ విలక్షణమైన వేగంతో కూడిన ప్రకంపనాలను కలిగి ఉంటాయి. అణువులు దూరం దూరంగా ఉన్నా బలంగా నిలువగలిగిన త్రాడులాగా ఉండగలుగుతుంది. భూమి నుంచి చంద్రుడికి మధ్య దూరం ఎంతో తెలుసుకునేందుకు శాస్త్రజ్ఞులు చాలా బలమైన ఓ సన్నటి కాంతి రేఖా పుంజాన్ని చంద్రోపరితలం మీదకి పంపుతారు. సరిగ్గా ఇలాంటి కాంతి రేఖా పుంజమే (Light Beam) దివ్యాత్మ జీవుడితో సంబంధం పెట్టుకుని నిరంతరం సంభాషణ జరుప గలుగుతున్న "వెండి తీగప్రోగు" (Silver Cord) .

మనం చేస్తున్న ప్రతి పనీ దివ్యాత్మకు తెలుస్తూ ఉంటుంది. కాబట్టి, బుద్ధిమంతులు 'ఋజువర్తనం' కలిగి ఉంటారు - అంటే సరియైన దారిలోనే నడుస్తూంటారు. ఆధ్యాత్మికంగా వాళ్ళు ఎదుగుతారు. తమలోని ఆత్మ ప్రకంపనాలను ఉద్దేసించి వెండి తీగ ప్రోగు ద్వారా దివ్యాత్మ కూడా ఉత్తేజం పొందేలా చేస్తారు. దివ్యాత్మ తనలోని ఓ అంశాన్ని వెండి తీగ ప్రోగు ద్వారా మానవుని శరీరానికి పంపుతుంది. ఆ అంశ ద్వారానే అనేక గుణపాఠాలు నేర్చుకుంటుంది. మనం నిర్వర్తించే ప్రతి శుభకార్యానికీ ఫలితంగా ఆధ్యాత్మికంగా ఒక్కొక్క సోపానాన్ని అధిరోహిస్తూ ఉంటాం. జీవాత్మ తన సత్కర్మల ద్వారానే పరమాత్మతో "యోగం" పొందే వీలుంటుంది. దుష్కర్మలు ఆత్మ పతనానికి హేతువులు. బుద్ధుని ధమ్మ పదం నిర్దేశించే పద్ధతి ఇదే. ఈ పద్ధతే మనకుఎల్లెడలా ఆచరణీయం - 'చెడుకు మంచితో జవాబివ్వు; ఎవ్వరికీ భయపడకు; అపకారికి కూడా ఉపకారం చేయడం ద్వారా, ఎల్లవేళలా మంచి మార్గంలో నడవడం ద్వారా నీకు సదా ఉత్తమపదమే లభిస్తుంది తప్ప ఎప్పటికీ పతనం కావు."

కొన్ని వేదాంత రహస్యాలు మామూలు మాటల్లోకి యధాలాపంగా వచ్చి చేరుతూంటాయి. "ఏమిటి అలా తెల్ల ముఖం వేసుకుని ఉంటావ్?" "ఎందుకలా మబ్బులాగా ఉంటావు, ఉత్సాహంగా ఉండలేవా?" - ఇలాంటి మాటలు మనం తరచూ వింటూ ఉంటాం. క్షణానికో మార్గం లోకి మళ్ళే వ్యక్తిని "రంగులు మార్చే ఊసరవెల్లి" అని పిలుస్తూ ఉంటాం. మన భావాలకు అనుగుణంగా మన శరీరంలోని అణువులు ఉద్వేగంగా కంపిస్తూ వెండి తీగ ద్వారా జీవాత్మను చేరి వెనక్కి మళ్ళీ తిరిగి వచ్చి మన శరీరంలోకే చేరుతూంటాయి.

జీవాత్మతో సంబంధాన్ని సాధించడం మనం ఊహించేంత సులభసాధ్యం కాదు. మనం అనుకున్న వెంటనే ఆయనకి ఫోను చేసి మాట్లాడ్డం కుదరదు! ఎంతో గొప్ప సాధన చేస్తే తప్ప ఆ శక్తిని సాధించడం సులభం కాదు. పోనీ టెలిఫోన్ల సంగతే చూద్దాం. మీరు దక్షిణ అమెరికాలో ఉన్నారనుకోండి. అక్కణ్ణుంచి రష్యాలో ఉన్న సైబీరియా లోని ఓ వ్యక్తితో

టెలిఫోన్‌లో మాట్లాడాలనుకంటారు. అయితే దక్షిణ అమెరికా నుండి సైబీరియా వరకు మధ్య టెలిఫోను వ్యవస్థ ఒకటి ఉందని మీరు రూఢి చేసుకోవాలి ముందుగా. తరువాత మీరు ఫోను చేసే సమయానికి ఆవైపు ఆ వ్యక్తి కాచుకుని ఉంటాడని మీకు తెలియాలి. తరువాత అతనికి మీరు మాట్లాడే భాష అర్థం కావాలి. ఇవన్నీ కుదిరాయే అనుకుందాం. మీరు మాట్లాడుకోవడానికి రెండు దేశాల్లోనూ సంబంధిత అధికారులు అనుమతించాలి! భూమ్మీదే యిద్దరు మాట్లాడుకోవడానికి తగినన్ని వసతులు లేని ఈ ప్రస్తుతకాలంలో పూర్ణాత్మతో నేరుగా సంభాషించే ప్రయత్నాన్ని వాయిదా వేసుకోవడమే మంచిదేమో ఓసారి ఆలోచించండి. ఓ యోగికి పది సంవత్సరాల కఠిన సాధనతో తప్ప వశం కాని శక్తులు ఓ పుస్తకాన్ని చదివేయగానే రావాలని అనుకోవడం కేవలం దురాశే అవుతుంది. చాలా మంది ఇట్లాంటి గొంతెమ్మ కోరికల్ని కోరుకుంటూంటారు! ఓ పది రోజుల 'యోగా' క్లాసుకి వెళ్ళి వచ్చి ఓ పుస్తకం చదివేసి మహర్షులు చేసే పనులన్నీ చేసేయగలగాలని ఊహించడం కేవలం హాస్యాస్పదం. ఆ మహర్షులు ఎంతో కాలం సాధన చేసి ఉంటారు, ఈ జన్మలో మరి అంతక్రితం అనేక జన్మల సాధన సంగతి? ఆలోచించండి. ఈ గ్రంథం చదవండి, అర్థం చేసుకోండి. మళ్ళీ మళ్ళీ పునశ్చరణ చేసుకోండి. మనస్సుని నిర్మలంగా ఉంచుకుని ఓర్పుతో వ్యవహరించండి. మీకు జ్ఞానోదయం కలగవచ్చు. మా అనుభవంలో కొందరికి (ఎక్కువగా స్త్రీలకి) యిలాంటి అనుభవాలు, దర్శనాలు జరిగాయి. వాళ్ళు వెండి తీగ ప్రోగునే కాకుండా, కాంతి శరీరాలను కూడా చూడగలిగే విద్యలను గ్రహించగలిగారు. ఎందరి అనుభవాలనో మేము గమనించి ఉన్నాం. మీరు కూడా ఇలాంటి శక్తి సంపాదించగలరు - మీ ఆత్మ విశ్వాసం స్థిరమైతే !

మూడవ పాఠం

ఎథిరిక్

మానవుని మెదడులో రసాయనిక చర్య ద్వారా విద్యుత్తు తయారవుతుందని మనం గమనించాం కదూ? విద్యుత్తు మెదడులోనే కాదు. దేహమంతటా పుడుతూనే ఉంటుంది. రక్తంలో వుండేది ఎక్కువ భాగం నీళ్ళే. దేహంలోని నీళ్ళూ, లోహపు అణువులూ, ఉప్పు ద్రావణాలూ ఒక దానితో మరొకటి కలగలిసి రసాయనిక చర్యల ద్వారా విద్యుత్తును ఉత్పత్తి చేస్తుంటాయి. కాబట్టి మన శరీరం మొత్తం విద్యుత్తుతో నింపబడి ఉంటుంది. కానీ, దీని తీవ్రత ఎక్కువగా ఉండదు. ఇంట్లో మనం ఓ బల్బుని వెలిగించుకోవటానికి కావల్సినంత కరెంట్ గానీ, వంటకి వాడే స్టవ్‌కి సరిపోయేంత కరెంట్ కానీ మన దేహంలో ఉండదు. అలాంటి విద్యుత్తుతో మన శరీరంలోని విద్యుత్‌ని పోల్చకుండా అయస్కాంతత్వం నుంచి పుట్టిన విద్యుత్తులాగా దీన్ని భావించండి.

మనం నిటారుగా ఉండే అయస్కాంతాన్ని తీసుకుని ఓ టేబుల్ మీద ఉంచి దాని మీద ఓ తెల్ల కాగితాన్ని ముడతలు లేకుండా అమర్చి దాని మీద ఓ గుప్పెడు ఇనుపరజనును చల్లితే ఆ ఇనుపరజను ఆ పేపరు మీద ఓ విచిత్ర రూపాన్ని చిత్రిస్తూ పేపరుకు అంటుకుంటుంది. ఈ ప్రయోగాన్ని మీరు ఓసారి చేసి చూస్తే మీకు ఈ విషయాలు అర్థం కావడానికి బాగా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇనుప సామాన్ల దుకాణం నుంచి కానీ, సైన్సు పరికరాలు అమ్మే దుకాణం నుంచి కానీ ఓ బార్ మ్యాగ్నెట్‌ని కొనుక్కుని

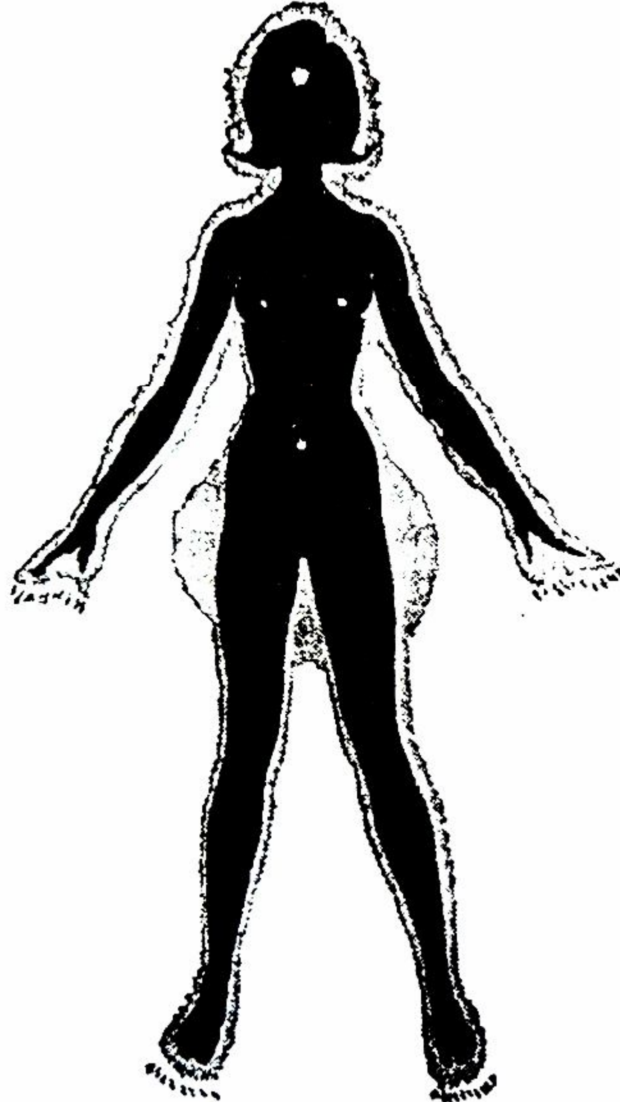
తీసుకుని రండి. దీని ధర ఎక్కువేమీ వుండదు. అలాగే ఇనుప రజను కొని తెచ్చుకోండి. దీని ధర కూడా సరసంగానే ఉంటుంది. ఈ బార్ మ్యాగ్నెట్ మీద ఓ తెల్ల కాగితాన్ని ఉంచి దాని మీద ఇనుప రజనును చిలకరించండి. ఆ ఇనుప రజను ఆ పేపరు క్రింద ఉన్న అయస్కాంత క్షేత్రాన్ని పేపరు మీద ప్రతిబింబిస్తూ చిత్రంగా అమరుతుంది. ఇనుప రజను మధ్యలో అయస్కాంత క్షేత్రం అంచులను చూపుతూ నిలుస్తుంది. అయస్కాంతం అంచుల నుంచి అయస్కాంత క్షేత్రం బయటకు వస్తున్నట్టు కనబడుతుంది. అదీ గాక, ఓ ధ్రువం నుంచి మరో ధ్రువానికి వంపు తిరుగుతూ ఈ క్షేత్రం వ్యాపించి ఉండటాన్ని కూడా మీరు స్పష్టంగా గమనించవచ్చు. ఈ ప్రయోగాన్ని చేసి చూస్తే, మీకు కనిపించే అయస్కాంత క్షేత్రం క్రింద ఉన్న అయస్కాంతానికి ఎలా సంబంధించినదో మీకు అర్థమైనట్లే మన శరీరానికి చుట్టూ అలాంటి అయస్కాంత శక్తి క్షేత్ర రేఖలూ ఉండి వ్యాపించి ఉండడం ఎలాగో మీకు అర్థమవుతుంది. మానవ శరీరం చుట్టూ వ్యాపించే అలాంటి అయస్కాంత శక్తిని 'ఎథిరిక్' అనీ, లేకపోతే 'ఆరా' అనీ అంటారు. యోగి చక్షువులకు ఈ 'ఆరా' స్పష్టంగా కాంతులీనుతూ వివిధ రంగులతో నిండి కనిపిస్తూ ఉంటుంది. మన దేవుళ్ళ చిత్రాల్లో తలల వెనుక సూర్యబింబంలాగా చిత్రకారులు చిత్రించే కాంతి వలయానికి ఈ 'ఆరా' యే ప్రేరణ అని మనం సులభంగా అర్థం చేసుకోవచ్చు.

ఓ అయస్కాంతం చుట్టూ ఓ అయస్కాంత క్షేత్రం ఉన్నట్టే విద్యుత్ ప్రవహిస్తూన్న ప్రతి లోహపు తీగ చుట్టూ కూడా అలాంటి అయస్కాంత క్షేత్రం ఏర్పడుతుందని మీరు మ్యాగ్నెటిజం, ఎలక్ట్రిసిటీ పాఠాల్లో చదువుకునే ఉంటారు. విద్యుత్ ఒక వైపు ప్రవహిస్తూ వుంటే "డైరెక్టు కరెంట్" అని, చక చకా దిశలు మారిపోతూ అటూ ఇటూ ప్రవహిస్తూ ఉంటే "ఆల్టర్నేటింగ్ కరెంట్" అని అంటాం. ఓ తీగలో డైరక్టు కరెంట్ ప్రవహిస్తే దాని చుట్టూ ఉన్న అయస్కాంత క్షేత్రం స్థిరంగా నిలబడి ఉంటుంది. అదే తీగలో ఆల్టర్నేటింగ్ కరెంట్ ప్రసరణ జరిగితే తత్ సంబంధిత అయస్కాంతం కూడా స్థిరంగా కనిపించక దిశలు మారుతూ వుంటుంది; అలాంటి అయసాకంత క్షేత్రం విపరీతంగా కంపిస్తూ ఉంటుంది.

మన శరీరంలో విద్యుత్ ప్రవాహం జరుగుతూ ఉండటం వల్ల మన శరీరం చుట్టూ ఓ 'ఆరా' ఏర్పడుతుంది. ఈ 'ఆరా' ను గుర్తించడం కష్టసాధ్యం. ఓ విద్యుద్దీపం ఓ సెకండ్‌కు సుమారు అరవైసార్లు వెలుగుతూ ఆరిపోతూ ఉంటుంది. కానీ మన కన్ను దాన్ని గుర్తించడం లేదు! కానీ ఒక్కోసారి విద్యుత్ ప్రవాహంలో ఉత్పత్తి లోపం వల్ల దీపాలు నిర్జీవంగా కొట్టుకోవడం గమనించవచ్చు. ఒక్కోసారి ఓడల్లో దీపాలు కూడా గుడ్డిగా మిణుకు మిణుకు మంటూ వెలుగుతూండటం గమనించవచ్చు.

ఓ మనిషికి మరో మనిషి మరీ దగ్గరగా వచ్చినప్పుడు అప్పుడప్పుడు ఒళ్ళు జలదరిస్తూంటుంది. చాలా ఎక్కువ మంది ఈ విషయం స్పష్టంగా గమనించి ఉంటారు. వెనక నుంచి వచ్చిన ఎవరో దగ్గరగా వచ్చి నిలబడి ఉన్నట్టు చాలామంది స్పష్టంగా గుర్తించగలరు. కావాలంటే మీరూ ఓ చిన్న పరీక్ష చేసి చూసుకోండి. ఓ స్నేహితుడి మీద ఈ ప్రయోగం చేయండి. మీ స్నేహితుని వెనకాల నుంచుని మీ వ్రేలిని అతని మెడ వెనకభాగం తాకండి. వ్రేలితో ముట్టుకోక పోయినా, ముట్టుకున్నా చాలామందికి ఒకేలాగా ఉంటుంది - ముట్టుకున్నట్టుగానే, ఎంచేతనంటే శరీరం చుట్టూ ఉండే 'ఎథిరిక్' కి కూడా స్పర్శజ్ఞానం ఉంటుంది.

శరీరం చుట్టూ ఉండే అయస్కాంత క్షేత్రాన్ని 'ఎథిరిక్' అని పిలుస్తాం. ఈ 'ఎథిరిక్' చిత్రాన్ని చూడండి. (బొమ్మ - 3). 'ఆరా' శరీరానికి కాస్త దూరంగా ఉంటుంది, 'ఎథిరిక్'తో పోలిస్తే 'ఎథిరిక్' శరీరాన్ని అనుకుని వ్యాపిస్తుంది. శరీరానికి సుమారు అంగుళంలో ఎనిమిదో వంతు నుంచి ఒక్కోసారి ఆరు అంగుళాల దూరం వరకు ఈ 'ఎథిరిక్' వ్యాపించి ఉండవచ్చు. సరిగ్గా శరీరం ఎలాంటి ఆకారంతో ఉంటుందో అవే ఒంపు సొంపుల్ని కాపీ కొడుతూ ఈ 'ఎథిరిక్' ఉంటుంది. ఓ వెంట్రుకను కూడా ఈ 'ఎథిరిక్' చుట్టుముట్టి ఉంటుంది. ఈ 'ఎథిరిక్'ను గమనించి ఆ వ్యక్తి ఉత్సాహాన్ని, శక్తినీ, ఆరోగ్యాన్నీ గుర్తించవచ్చు ! బాగా శారీరక శ్రమ చేసి అలసిపోయి నీరసంగా ఉన్న వ్యక్తి 'ఎథిరిక్' శరీరానికి మరీ దగ్గరగా అంటుకుపోయి కనిపిస్తూంటుంది. మళ్ళీ అదే వ్యక్తి బాగా విశ్రాంతి తీసుకుని కులాసాగా ఉంటే ఈ 'ఎథిరిక్' కూడా



బలాన్ని పుంజుకున్నట్టు ఆరు అంగుళాల దూరం వరకు వ్యాపించి ఉండటాన్ని గమనించవచ్చు. 'ఎథిరిక్' శరీరం ప్రక్కనే దాని ఎత్తు పల్లాల్ని చక్కగా - ఓ మొటిమ మీద కూడా - అనుసరిస్తూ వ్యాపించి ఉంటుంది. ఎథిరిక్‌ని గురించిన ఓ విశేషాన్ని గురించి కూడా తెలుసుకుందాం.

ఓ మనిషికి ఉన్నట్టుండి తక్కువ ఆంపియరేజీ, ఎక్కువ ఓల్టేజీ ఉన్న విద్యుత్‌ఘాతం తగిలితే, ఈ ఎథిరిక్ చటుక్కున నీలిరంగులో గానీ పింక్ రంగులో వెలుగుతూ దర్శనమిస్తుంది. ఓ ప్రత్యేకమైన వాతావరణం నెలకొని ఉన్న రాత్రుళ్ళలో కూడా ఈ ఎథిరిక్‌ను స్పష్టంగా గుర్తించవచ్చు. సముద్రం మీద పయనిస్తున్న నౌకల్లో ఇలాంటి చిత్రాన్నే గమనించవచ్చు. వాతావరణం ఓ ప్రత్యేకమయిన పద్ధతిలో ఉన్నప్పుడు నౌకలో ఉన్న ప్రతి భాగం చుట్టూ ఓ లేత నీలిరంగు మంట, వెలుతురు కనిపిస్తుంది. చల్లటి ఈ నీలిరంగు మంట దేనినీ దహించదు, కానీ మొట్ట మొదటిసారి దీన్ని గమనించిన చాలా మందికి భయంతో ముచ్చెమటలు పట్టే పరిస్థితి ఎదురవుతుంది. నౌకల మీద కనిపించే ఈ చల్లటి నీలిరంగు మంట లాంటి దానిని "సెయింట్ ఎల్మోగారి మంట" అంటారు. శరీరం చుట్టూ ఉండే 'ఎథిరిక్'తో ఈ వింతని పోల్చవచ్చు.

మీలో కొందరు చలికాలంలో రాత్రిపూట మారుమూల గ్రామాల్లో ఉన్నప్పుడు విద్యుత్ స్తంభాల మధ్య బిగింపబడి ఉన్న విద్యుత్ తీగల మీద లేత నీలి, లేత తెలుపు వెలుగుల్ని గమనించే ఉంటారు. గాలిలో పొగ మంచు కమ్ముకుని ఉన్న చలి రాత్రుళ్ళలో విద్యుత్ వాహకాల మీద ఈ చిత్రం సుస్పష్టంగా గోచరిస్తుంది. ఈ వెలుతురు విన్యాసాలకి జడుసుకున్న అమాయకులు కూడా ఎందరో ఉన్నారు. ఎలక్ట్రికల్ ఇంజనీర్లు ఈ పరిస్థితుల్లో ఇబ్బందులు పడవలసి వస్తుంది. ఎంచేత అంటే 'కరోనా' (Corona) అని పిలువబడే కాంతి వలయాలు చుట్టూ ఉన్న గాలిని అయనీకరణం (ionization) చేసి గాలి లోంచి విద్యుత్‌ని ప్రవహించేలా చేసి తద్వారా జరిగే షార్ట్ సర్క్యూట్ల వల్ల కొన్ని జిల్లాల్లో విద్యుత్ ఆగిపోవడానికి కారణం అవుతుంది. అనేక ఊళ్ళు గాఢాంధకారంలో మునిగిపోతాయి. ఆధునిక ఎలక్ట్రికల్

ఇంజనీర్లు ఇలాంటి కరోనాలు పుట్టకుండా ఉండేందుకు బోలెడు డబ్బు ఖర్చుతో కూడుకున్న జాగ్రత్తలను తీసుకుంటూ ఉంటారు. మన శరీరానికి ఏర్పడే కరోనాను 'ఎథిరిక్' అని మనం అర్థం చేసుకోవచ్చు.

కొంత సాధనతోనే శరీరం చుట్టూ ఉన్న 'ఎథిరిక్' ని చాలామంది చూడగలరు, ఓర్పు ఉన్నట్లయితే! దురదృష్టవశాత్తూ అందరూ ఏమనుకుంటారంటే యోగులకి సంవత్సరాలు పట్టే సాధనని త్వరగా తేరగా కొట్టేయాలీ, అలాంటి ట్రిక్కులను పట్టేయాలనీ! అట్లాంటి ఆశల్ని మాత్రం మీరు దగ్గర చేరనీయకండి. సాధన చేయకుండా ఏదీ సాధించలేరు. సంగీత విద్వాంసులు రోజుకి కొన్ని గంటలు తమ సాధనను కొనసాగిస్తారు. వారి సాధన నిరంతరం సాగుతూనే ఉంటుంది. మీరు 'ఎథిరిక్'ను చూడాలంటే ఓర్పుతో సాధన చేయడం తప్పించి మరో "దగ్గరి దారి" లేనే లేదు. సాధన ఎలా చెయ్యాలో ఓ పద్ధతి చూద్దాం. ఇలాంటి విషయాల్లో ఉత్సాహం చూపించే ఓ మనిషిని ముందుగా వెతికి పట్టుకోవాలి. ఆయనని తన చేతిని చాచమని చెప్పాలి. వ్రేళ్ళని పిడికిలి లాగా ముడచి పట్టుకోకుండా వ్రేళ్ళు దూర దూరంగా జరిపి ఉండేలా అన్ని వ్రేళ్ళూ స్పష్టంగా కనబడేలాగా ఆ చేయి చాపబడి ఉండాలి. ఆ చేయి ఎలా చాపాలంటే ఆ వెనుక మరీ తెల్లరంగు గోడ కానీ, కర్టన్ కానీ ఉండకూడదు. ఆ చేతి వెనక ఉండే భాగం చీకటిగా కానీ మట్టిలాంటి తేలికరంగులో కానీ ఉండాలి. ఆ చెయ్యి - చేతి వ్రేళ్ళ వైపు మన దృష్టిని ప్రసరింప చేయాలి. మరీ గ్రుడ్లు మిటకరించి వ్రేళ్ళ వంకా, చేతి వంకా తేరిపార చూడకూడదు. చూడటంలో ఓ చిన్న కిటుకు ఉంది. సరియైన చోట్లో, సరియైన పద్ధతిలో చేతి వైపు చూడాలి. అలా చూస్తే ఆ చేతిని అంటుకుని మెల్లగా రెప రెప లాడుతున్న ఊదా నీలిరంగు సిగరెట్ పొగ లాంటి వెలుతురు ఒకటి మీకంటికి గోచరిస్తుంది. ఇందాకే చెప్పకున్నట్టు చేతికి సుమారు అంగుళంలో ఎనిమిదవ వంతు దూరం వరకూ ఈ కాంతి వ్యాపించి ఉన్నట్టు కన్పించవచ్చు. చాలా మందికి చెయ్యి తప్ప మరొకటి ఏదీ కనిపించదు. ఎంతచేతనంటే వాళ్ళు చేసే చూపు ప్రయత్నంలో 'అతి' పాలు ఎక్కువ కాబట్టి! వాళ్ళు తమ చూపు తీక్షణతను కాస్త, ఇంకా కాస్త, మరి

కాస్త తగ్గించడం చేస్తే వాళ్ళకి ఆ వస్తువు తప్పక కనిపిస్తుంది. కాస్త 'తేలిగ్గా' చూడ్డం నేర్చుకోవాలి. ఒకాయన ఇంకొకడికి దూరంగా ఉన్న అడవిని చూపిస్తున్నాడు. ఈయన కాసేపు పరీక్షగా చూసి 'ఎక్కడుందండీ అడవి? నా కళ్ళకు అన్నీ చెట్లే కనిపిస్తున్నాయి' అన్నాడట! అలాంటి చూపు కాదు మనకు కావలసినది. చెట్లే అడవి అని అర్థం చేసుకోగల దృక్పథం కావాలి! కాబట్టి మీ శరీరంలోని టెన్షన్ తగ్గించుకుని రిలాక్సయిపోండి. "మరీ అంత ప్రయత్నం చెయ్యకూడదు. ఓపిగ్గా సాధన చేస్తే మీకు తప్పకుండా 'ఎథిరిక్' కనిపించి తీరుతుంది.

ఇంకో పద్ధతిలో కూడా సాధన చేయవచ్చు. ఇంకో మనిషి సాయం తెచ్చుకోవాల్సిన అవసరం కూడా ఉండదు. సాధన మీ మీదే చేయవచ్చు. ఓ చోట్లో సుఖంగా కూర్చోండి. ఎదురుగా ఉన్న వస్తువు - టేబుల్ కానీ, గోడ కానీ మీ నుంచి కనీసం ఆరు అడుగులు దూరంలో ఉండేట్టు కూర్చోవాలి. స్థిరంగా, గాఢంగా, నెమ్మదిగా శ్వాస పీల్చి మీ ముందుకు మీ రెండు చేతుల్ని చాపి బొటన వ్రేళ్ళు పై వైపు ఉండేలాగా రెండు చేతివ్రేళ్ళు చివర్లను ఒకదానితో మరొకటి తేలికగా తగుల్తూన్నట్లు ఉంచుకోవాలి. ఇప్పుడు మీ వ్రేళ్ళను కొద్దిగా దూరంగా జరపాలి. అంగుళంలో ఎనిమిదో వంతు దూరంగా కానీ, పావు అంగుళం దూరంలో కానీ మీ వ్రేళ్ళు జరిగిన పరిస్థితిలో మీ వ్రేళ్ళ మధ్య 'ఏదో' వింత కనిపిస్తుంది. లేత ఊదారంగు పొరలాగా దాదాపు మెరుస్తున్న ఓ పదార్థం మీ వ్రేళ్ళ చుట్టూ ఆవరించబడి ఉండటాన్ని గమనించవచ్చు. ఈ వింత పదార్థాన్ని 'ఎథిరిక్' అంటారు. మీ వ్రేళ్ళను నెమ్మది నెమ్మదిగా దూరంగా తీసుకెళ్తే ఈ ఎథిరిక్ విన్యాసాలు స్పష్టంగా చూడవచ్చు. మీ వ్రేళ్ళు దూరం కాగానే ఒక్కోసారి ఈ ఎథిరిక్ మాయం కావచ్చు. అలా జరిగితే రెండు చేతి వ్రేళ్ళనూ మళ్ళీ దగ్గరగా కలిపి మళ్ళీ మళ్ళీ ఈ సాధనని కొనసాగించండి. మీకు 'ఎథిరిక్' కనిపించి తీరుతుంది. మీకు కావల్సిందల్లా విశ్వాసం, ప్రాక్టీస్ మాత్రమే. సంగీత సాధనని ఎప్పుడూ - ఎప్పుడూ - ఇంకా ఎప్పుడూ విద్వాంసులు చేస్తూంటారనే సత్యం ఎప్పుడూ మరువకండి. అలాగే నిరంతర సాధనతో మీరు కూడా ఇలాంటి అద్భుతాలను చేయగలరు.

మరోసారి మీ చేతి వ్రేళ్ళ వంక చూసుకోండి. పరీక్షగా చూస్తే ఒక వ్రేలునుంచి మరో వ్రేలువైపుకు ఈ పొగమంచు లాంటి 'ఎథిరిక్' ప్రవహిస్తూ మీకు గోచరమవుతుంది. మీ ప్రాక్టీస్ పెరిగే కొద్దీ ఈ ప్రవాహం కుడి చేయి నుంచి ఎడమ చేతి వైపుకు గానీ, ఎడమ చేతి వ్రేళ్ళ నుంచి కుడి చేతి వ్రేళ్ళ మీదకి గానీ ప్రవహిస్తూ కనిపిస్తుంది. ఈ ప్రవాహాలు స్త్రీ, పురుషుల్లో భిన్నంగా ఉండవచ్చు. ఈ ప్రవాహాల పయనం మీ ఆరోగ్య పరిస్థితికి కానీ, మీ మానసిక పరిస్థితికి గానీ అనుకూలంగా ఉంటూ కనిపిస్తాయి. మీ ఆలోచనల పథం కూడా ఈ 'ఎథిరిక్' పవనాల వర్తనంపై తమ ప్రభావాన్ని చూపించవచ్చు.

ఈ 'ఎథిరిక్' గురించి తెలుసుకోవాలనే ఉత్సాహం ఉన్న ఓ వ్యక్తి మీకు సహకరిస్తే మీ అరచేత్తో సాధనను సాగించవచ్చు. సహకరించేవారు స్త్రీ అయితే మరీ మంచిది. ఓ కుర్చీలో మీ ఎదురుగా అరచేతులు పైకి ఉండేలా పట్టుకోవాలి. మీరు కూడా మీ అరచేతులు క్రింది వైపుకు ఉండేలా మీతో సహకరించే వ్యక్తి చేతులు మీద దగ్గరగా మీ చేతులు వచ్చేటట్టు మీ చేతులను చాచాలి. మీ ఇద్దరి చేతుల మధ్య దూరం సుమారు రెండు అంగుళాలు ఉన్నప్పుడు మీ చేతుల్నించి చల్లని లేదా వెచ్చని గాలి ప్రవాహం వీస్తున్నట్టు మీకు తెలుస్తుంది. ఈ వాయు ప్రవాహం అరచేతి మధ్య భాగంలో మొదలవుతుంది. కుడి చెయ్యి నుంచి ఒక విధంగా, ఎడమ చెయ్యి నుంచి మరో విధంగా ఈ వాయు చలనాలు ఉండవచ్చు. అవతలి వ్యక్తి పురుషుడు అయితే ఒక విధంగానూ, స్త్రీ అయితే మరో విధంగా కూడా ఈ వాయు చలనాలు ఉండవచ్చు. ఈ వాయు ప్రవాహం చల్లగా కానీ, వెచ్చగా కానీ ఉండవచ్చు. గాలి వెచ్చగా ప్రవహిస్తూ వుంటే మీద ఉన్న మీ చేతిని క్రింద చేతికి సరిగ్గా సమాంతరంగా ఉంచకుండా కొద్దిగా కోణం మార్చి కాస్త ఏటవాలుగా ఉండేటట్టు కదిలించి చూస్తే వీస్తున్న గాలి వేడి ఎక్కువ అవుతుంది. ఈ పరిస్థితిని చేరుకున్న తరువాత మీరు చేతుల మధ్య స్థలంలోనికి పరిశీలనగా చూస్తే మీకు స్పష్టంగా 'ఎథిరిక్' గోచరిస్తుంది. ఈ 'ఎథిరిక్' ఓ నోటి నుంచి వస్తున్న సిగరెట్ పొగ రంగులో కాకుండా నేరుగా సిగరెట్ నుండే వెలువడే పొగ రంగులో - అంటే మురికి గ్రే రంగు పొగలా కాకుండా లేత నీలి వర్ణంతో కన్పిస్తుంది.

మన శరీరంలో ప్రవహించే విద్యుత్తు తాలూకు బయటకు కనిపించే అయస్కాంత క్షేత్రమే 'ఎథిరిక్' అనే విషయాన్ని పదే పదే మరచిపోకుండా గుర్తు చేసుకుంటూ ఉండండి. దీన్నే 'ఎథిరిక్' అనే పదాన్ని వినని వాళ్ళూ అర్థం చేసుకోలేని వాళ్ళూ 'దెయ్యం' అని పిలుస్తుంటారు. ఆరోగ్యంతో ఉండి ఉన్నట్టుండి మరణించిన వ్యక్తి తాలూకు అయస్కాంతక్షేత్రం (ఎథిరిక్) వెంటనే నశించిపోకుండా శరీరం నుంచి బయటకు తప్పకుని ఓ గమ్యం అంటూ లేకుండా అటూ ఇటూ ఆలోచన (మనస్సు) లేని స్థితిలో పిచ్చిగా విహారాలు చేస్తూంటుంది. గ్రహాంతర జీవాలకీ ఈ దెయ్యాలకీ బాగా తేడా ఉంటుంది. ఈ తేడాల గురించి మరోసారి చర్చించుకుందాం. ప్రస్తుతానికి ఈ దెయ్యాల సంగతి కాస్త గమనిద్దాం. పాత స్మశానాల్లో వీధి దీపాలు ఏమీ లేని చోట క్రొత్తగా నిర్మించిన సమాధుల్లోంచి రాత్రుళ్ళలో నీలి రంగు దెయ్యాలు నెమ్మదిగా బయటికి వస్తుంటాయనే మాటలని మీలో చాలా మంది వినే ఉంటారు. ఆ రోజే మరణించిన శరీరం తాలూకు 'ఎథిరిక్' శరీరం లోంచి బయటకు వచ్చి ఇలా 'దయ్యాలు' అనే పేరుతో పిలువబడుతూ ఉంటాయి. వేణ్ణీళ్ళు బాగా కాగిన తరువాత స్విచ్ ఆపేస్తే ఎలక్ట్రిక్ కెటిల్‌లోని వేడి మెల్లగా బయటకు వెళ్ళిపోయే పరిస్థితి లాగానే ఈ దెయ్యాలు శవాల లోంచి బయటపడే పద్ధతిని ఊహించవచ్చు. చల్లారిపోతున్న కెటిల్ చుట్టూ వేడి తగ్గిపోయేట్టుగానే చచ్చిపోతున్న శరీరాల్లోంచి (చావు నెమ్మది నెమ్మదిగా ఓ క్రమంలో జరుగుతుందనే విషయం మరిచిపోకండి) 'ఎథిరిక్ బయటకు మెల్లగా చల్లగా జారుకుంటూ శక్తిని మెల్ల మెల్లగా కోల్పోతూ ఉంటుంది. కొన్ని దయ్యాలు మాత్రం ఓ పట్టాన శరీరం మరణించిన స్థలాన్ని అంత సులభంగా వదిలిపెట్టవు. అనేక రోజులు ఓ చోటునే పట్టుకుని వ్రేలాడే దయ్యాల గురించి మనం మరో పాఠంలో చదువుకుంటాం.

సాధన - ఇంకా సాధన - ఇంకా సాధన కొనసాగించండి. మీ చేతుల వంక చూస్తూ సాధన చెయ్యండి మీ శరీరం వైపు దృష్టి సారిస్తూ సాధన చేయండి. ఓ స్నేహితునితో కలసి సాధన సాగించండి. 'ఎథిరిక్' ని చూడటానికి సాధన చేయడం తప్ప మరో పద్ధతి లేదు. ముందుగా 'ఎథిరిక్'ని చూడగలిగే శక్తి సంపాదించుకున్న తరువాతే 'ఎథిరిక్' కన్నా ఇంకా చాలా సూక్ష్మమైన 'ఆరా'లను మీరు చూడగలరు.

నాలుగో పాఠం

ఆరా

క్రిందటి పాఠంలో శరీరాన్ని అదే ఆకారంలో ఆవరించి 'ఎథిరిక్' ఉంటుందని తెలుసుకున్నాం. శరీరాన్ని చుట్టూ 'ఎథిరిక్' ఆవరించి ఉన్నట్టే 'ఎథిరిక్' చుట్టూ 'ఆరా' మానవ దేహాన్ని కొంత దూరం వరకు ఆవరించి ఉంటుంది. 'ఆరా' కూడా 'ఎథిరిక్' లాగానే ఎలక్ట్రిక్, మాగ్నెటిక్ శక్తితోనే ఏర్పడి ఉందని గ్రహించవచ్చు. ఈ రెంటికి మధ్య పోలిక యింతటితోనే సమాప్తి చెందుతుంది.

దివ్యాత్మ (Over self) లోని రంగుల్ని 'ఆరా' చూపిస్తుందని మనం చెప్ప కోవచ్చు. ఓ వ్యక్తి ఆరా రంగుల్ని గమనించి "అతడు ఆధ్యాత్మికంగా పయనిస్తున్నాడా? లేకపోతే ఓ పశువులాగా ప్రవర్తిస్తున్నాడా?" అని వెంటనే గుర్తించవచ్చు. అలాగే ఓ వ్యక్తి "సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో ఉన్నాడా? అనారోగ్యంతో ఉన్నాడా? కాకపోతే మరే జబ్బుతోనైనా బాధపడుతూ ఉన్నాడా?" అని సులభంగా గుర్తు పట్టవచ్చు. మన ప్రవృత్తి మొత్తం స్పష్టంగా మన 'ఆరా'లో ప్రతిబింబిస్తూ ఉంటుంది. మన దివ్యాత్మని ప్రస్ఫుటంగా ఈ 'ఆరా' చూపుతూ వుంటుంది. 'దివ్యాత్మ' అనే పదం కన్నా 'ఆత్మ' అన్న పదం నచ్చితే దాన్ని ఉపయోగించుకోవచ్చు. అర్థం ఏమీ మారిపోదు. "ఆత్మ" అన్నా, "దివ్యాత్మ" అన్నా ఒకటే అర్థం వస్తుందని మనం గ్రహించాలి.

'ఆరా'లో ఆరోగ్యాన్ని, జబ్బునీ గమనించవచ్చు; నిరాశా నిస్పృహల్నీ, జయాప జయలనూ, ప్రేమ, పగలనూ కూడా స్పష్టంగా గుర్తించవచ్చు. ఎదుటి మనిషిలోని బలహీనతలను తమ గుప్పిట్లో ఉంచుకుని వాళ్లని పీడించి

గొప్పవాళ్ళయిపోవాలని ప్రయత్నించే వ్యక్తులున్న ప్రస్తుత సమాజంలో చాలామందికి ఈ ఆరాలు కనిపించవనే విషయం మనిషి మనుగడకు ఓ వరం అనుకోవచ్చు. ఇట్లాంటి శక్తులు దుర్మార్గులకి సిద్ధిస్తే ప్రపంచం కొద్ది కాలంలోనే ఓ పెద్ద వల్లకాడుగా తయారవుతుంది. మనలోని ప్రతి ఊహా, ప్రతి సంకల్పమూ మన ఆరా లోని రంగుల్లో స్పష్టంగా రూపుదిద్దుకుని ఉంటుంది. ఓ మనిషి చావు బ్రతుకుల్లో ఉంటే అతని ఆరా తనలోని రంగుల్ని కోల్పోయి పూర్తిగా నిర్జీవమయి ఉంటుంది. ఆ మనిషి చనిపోకముందే ఆరా తన ఉనికిని పూర్తిగా పోగొట్టుకుంటుంది. ఆ వ్యక్తి చనిపోయే సమయానికి ఆరా పూర్తిగా మాయమై కొద్దిగా 'ఎథిరిక్' మాత్రం మిగిలి ఉంటుంది. ఓ భయంకరమైన జబ్బుతో చాలాకాలం తీసుకుని మరణించాడని అనుకుందాం. అలాంటి వ్యక్తి ఆరా పూర్తిగా జీర్ణమైపోయి ఉంటుంది. అలా కాకుండా మరో సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో ఉన్న వ్యక్తి అనుకోని ప్రమాదంలో ప్రాణాల్ని కోల్పోతే ఈ ఆరా ఆ వ్యక్తి మరణించిన తరువాత చాలాకాలం వరకు కూడా ఆ కళేబరాన్ని ఆవరించే ఉంటుంది.

ఈ సందర్భంలో మృత్యువు గురించి కాస్త మాట్లాడుకోవడం మంచిది. ఎందువల్లనంటే ఈ "చావు" అనేది స్విచ్ ఆర్పేస్తే ఆరిపోయే విద్యుద్దీపం లాంటిది కాదు, నీరు ఒంపేస్తే ఖాళీ అయిపోయే బకెట్టు లాంటిది కాదు; కాబట్టి "చావు"కి ఓ పద్ధతి ఉంది. ఏ మనిషీ ఉన్నట్టుండి చచ్చిపోడు. దానికో పెద్ద తంతు ఉంది. ఏ పద్ధతిలో మనిషి చచ్చినా - చటుక్కున తల తెగిపోయి మరణించినా సరే - శరీరం లోంచి ప్రాణం ఓ పట్టాన బయటకు పోదు. శరీరం కొంత సేపటి వరకు కొట్టుకుంటూనే ఉంటుంది. మెదడులో ఎలక్ట్రిక్ కరెంట్ తయారవుతుందనీ, నిలువ ఉంటుందనీ మనం ఇదివరకే అనుకున్నాం కదా ! రక్తం మెదడులోకి లోహాల అణువుల్నీ, తగినంత తేమనీ, విద్యుత్ తయారయ్యేందుకు ఉపకరించే రసాయన పదార్థాలనూ చేరవేస్తూంటుంది. తయారైన విద్యుత్ మెదడు కణాలలో కొంత ఛార్జి చేయబడి నిలువ ఉంటుంది. ఓ మనిషి తలను నరికేసినా కూడా ఈ నిలువ ఉన్న విద్యుత్ ఆ తల లోని మెదడు మూడు నుంచి అయిదు నిముషాల వరకు పనిచేస్తూ వుండేలా చేస్తుంది.

కొంతమంది చెబుతూ ఉంటారు - ఓ మనిషిని ఓ క్షణంలో చంపేసే పద్ధతి తమకు తెలుసునని ! ఈ పద్ధతి ద్వారా కానీ, ఆ పద్ధతి ద్వారా కానీ ఓ వ్యక్తి మరణాన్ని ఓ క్షణంలో ప్రసాదించవచ్చునని అనుకోవడం పూర్తిగా పొరబాటు ! తలని చటుక్కున నరికి వేసినా ప్రాణం మాత్రం వెంటనే పోదని ఇందాకే మనం అనుకున్నాం కదా ! ఇలాంటి ఓ సంఘటన చరిత్ర పుటల్లో చెరిగిపోకుండా నిలబడి ఉండటం మనం చరిత్రలో చదవవచ్చు. తగిన సాక్షాధారాలతో నిరూపింపబడి అక్షరరూపంలో నిలబడిన ఈ సంఘటన ఫ్రెంచ్ విప్లవం రోజుల్లో జరిగింది. ఓ 'ద్రోహి' తలని పదునైన కత్తితో తెగవేసిన తరువాత ఆ తలారి ఆ తలను జుట్టుపట్టుకుని 'ఈ తల ఓ ద్రోహిది అని అరిచాడని - ఇలా తలలు నరికే సంఘటనలు ఫ్రెంచ్ విప్లవ కాలంలో కోకొల్లలుగా జరిగాయి. ఈ శిరచ్ఛేదాల్ని ఓ పండుగ జరిపినంత ఆనందంగా వేడుకగా ఫ్రెంచ్ వాళ్ళు జరిపేవారు. - చూస్తున్న వాళ్ళ బుర్ర తిరిగి పోయేలా ఆ మొండెం లేని తల 'అబద్ధం' అనే మాటను ఉచ్ఛరిస్తూన్నట్టు కదిలిందట ! ఈ సంఘటన గురించిన రికార్డులను ఫ్రెంచ్ ప్రభుత్వ, భాండాగారంలో చూడవచ్చు. ఓ డాక్టర్‌ను మీరు అడిగి తెలుసుకోండి. ఆయనేమి చెబుతాడంటే " మెదడుకు అందే రక్తప్రసారం ఓ మూడు నిముషాలు పాటు ఆగిపోతే ఆ వ్యక్తికి మరణం సంభవిస్తుంది" అని. అందువల్లనే ఓ వ్యక్తి గుండె కొట్టుకోవడం ఆగిపోతే దాన్ని మళ్ళీ పునరుజ్జీవింప చెయ్యడానికి డాక్టర్లు పడే హైరానా అంతా ఇంతా కాదు. ఎలాగైనా ఆ గుండెను మూడు నిమిషాల్లో మళ్ళీ కొట్టుకునేలా చెయ్యకపోతే తలకి వెళ్ళే రక్త ప్రసరణ ఆగిపోయి మరణం సంభవిస్తుంది. మనం మన పాఠం లోంచి ప్రక్కకు కొంత దూరం జరిగాం "చావు ఓ క్షణంలో జరిగే పని కాదు" అని చెప్పడానికీ; అలాగే, "ఆరా రంగులు తగ్గిపోయినంత మాత్రాన మనిషికి చావు రాదు" అని చెప్పటానికీ చావు చాలా నింపాదిగా సంభవిస్తూందని డాక్టర్లకూ, తలారులకూ తెలుసు. శరీరంలో మొదట మెదడు మరణిస్తుంది. ఒక్కో అవయవం తరువాత వరుసగా చచ్చిపోతూ ఉంటుంది. చిట్టచివరగా ప్రాణాల్ని వదిలేది వెంట్రుకలూ, గోళ్ళూ

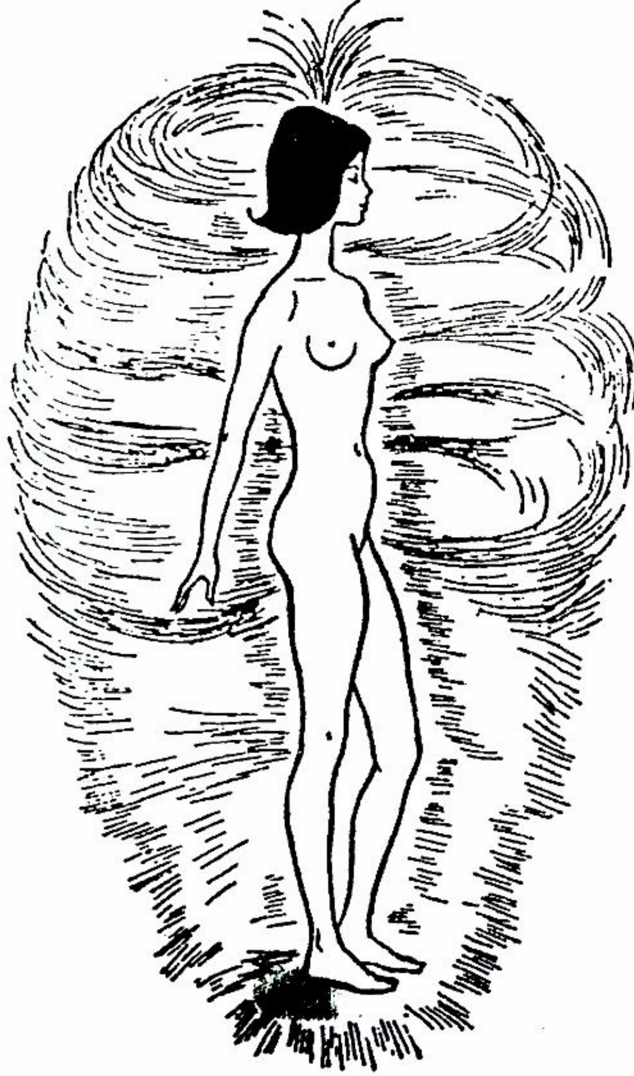
శరీరానికి ప్రాణం వెంటనే పోదు. ఆరా, ఆ కళేబరం దగ్గరే నెమ్మదిగా తచ్చాడుతూ ఉంటుంది. ఆ శవం ప్రక్కనే ఉన్న ఆరాను చూడగలిగిన శక్తి ఉన్న యోగి (Clairvoyant) ఆ వ్యక్తి మరణానికి కారణం ఏమిటో వెంటనే తెలుసుకోగలడు. చనిపోయిన మనిషి 'ఆరా' మాయమైపోయినా 'ఎథిరిక్' మాత్రం దయ్యం రూపంలో శరీరానికి దగ్గర్లోనే తిరుగుతూ ఉంటుంది. మరణించిన వ్యక్తి ఆరోగ్యం బావుండి అకస్మాత్తుగా దుర్మరణం పాలైతే ఇలాంటి దెయ్యాలు తప్పక వెలుస్తాయి. ఎంచేతనంటే ఆ వ్యక్తిలోని 'బ్యాటరీల్లో శక్తి పూర్తిగా 'ఛార్జ్' అయి ఉంటుంది కాబట్టి'. శక్తివంతమైన ఈ 'ఎథిరిక్' లు అయస్కాంత శక్తి వలన తాము పూర్వపు తిరుగాడిన ప్రదేశాల్లోనే తిరుగుతూ ఉంటాయి. భూతవైద్యులకు గానీ, ఆరాలను చూడగలిగిన వ్యక్తులకు గానీ, భయంతోనో ఆత్రుతతోనో బాగా ఉద్రేకం చెంది వున్న (తనలోని ప్రకంపనాలను తీవ్రతరం చేసుకుని ఉన్న) వ్యక్తికీ ఈ 'ఎథిరిక్' శరీరాలు కన్పిస్తాయి. వాళ్ళు ఆ దెయ్యం ఏ మనిషి తాలూకుదో ఇట్టే గ్రహించగలిగి ఉంటారు.

'ఎథిరిక్' కన్నా ఆరాలు సూక్ష్మమైనవి. స్థూల శరీరానికి ఎథిరిక్ ఎంత సూక్ష్మంగా ఉంటుందో అదేవిధంగా 'ఎథిరిక్' శరీరాన్ని ఆవరించి ఉన్న 'ఆరా' అంతకన్నా సూక్ష్మంగా ఉంటుంది. 'ఎథిరిక్' శరీరాకృతిని యధాతథంగా ప్రతిబింబిస్తూ ఉంటుంది; కానీ, 'ఆరా' మాత్రం శరీరం చుట్టూ ఓ కోడిగుడ్డు ఆకారంలో విస్తరించి ఉంటుంది. (చిత్రం-4). ఈ 'ఆరా' సుమారు ఏడు అడుగులు ఎత్తూ, నాలుగు అడుగుల వైశాల్యం (బాగా వెడల్పుగా ఉన్నచోట) కలిగి శిరస్సు ఉన్నచోట లావుగానూ, కాళ్ళ వద్దకి వచ్చేసరికి కోడిగ్రుడ్డులో సన్నని భాగాన్ని పోలి సన్నగానూ ఉంటుంది. శరీరంలోని అనేక ప్రదేశాల్నుంచి మిరుమిట్లు గొలిపే రంగుల్తో కాంతి మరి కొన్ని ప్రదేశాలకు ప్రవహిస్తూ ఉంటుంది. ప్రాచీన చైనీయులు 'ఒక్క చిత్రం వెయ్యి మాటలకి సమానం' అని చెప్తూ ఉంటారు. కాబట్టి, కొన్ని వేల మాటలని తగ్గించుకుని ఈ పాఠాలలో రెండు చిత్రాలను మీ ఉపయోగం కోసం పొందుపరిచాం. ఈ బొమ్మల్లో కాంతి అనేక శరీర భాగాల్లోంచి బయటకు విస్తరించి ఉండటాన్నీ ఆరా కాంతిక్షేత్రాన్నీ, కోడిగుడ్డు లాంటి ఈ ఆరానూ సులువుగా గుర్తించవచ్చు.

మీకు ఆరా ప్రస్తుతానికి కనిపించకుండా ఉన్నప్పటికీ "నిజంగా అవి ప్రతి శరీరం చుట్టూ ఉంటాయి" అని స్పష్టంగా అర్థం చేసుకోమని మీకు మేము చెబుతున్నాం. ఉదాహరణకి, మీరు పీల్చే గాలి మీకు కనిపించడం లేదు కదా! అలాగే నీళ్ళల్లో ఈదులాడే చేపకి ఆ నీళ్ళు కనబడవనే మా అనుమానం ! మానవుడు జీవించి ఉండటానికి అత్యంత కీలకమైన శక్తిని ఈ 'ఆరా'లు కలిగి ఉన్నాయి. సాధన లేకుండా మనుష్యులకి ఈ ఆరాలు కన్పించడం అసాధ్యం. కొన్ని ప్రత్యేకమైన కళ్ళద్దాలను ఉపయోగించి కూడా ఈ 'ఆరా'లను గుర్తించవచ్చనని చెబుతూ ఉంటారు. ఈ విషయం గురించి మేము వాకబు చేసి గ్రహించిన జ్ఞానం ఏమిటంటే ఇలాంటి అద్దాలు మామూలు కళ్ళను బలవంతంగా శ్రమపెట్టి మామూలు కంటి చూపుకు ముప్పు తెప్పించగలవని ! కాబట్టి ఎంత గొప్పగా వర్ణించబడినా అలాంటి 'ఆరా' లను చూపించగలుగుతాయని చెప్పబడే ఆ కళ్ళద్దాలను దయచేసి కొనవద్దని మా అభ్యర్థన. అలాగే రెండు మామూలు గాజు పలకల మధ్య పల్చటి రంగు 'డై' పూతని ఏర్పాటు చేసి ఆ అద్దాల పలకలోంచి చూస్తే ఎదురుగా ఉన్న మనిషి 'ఆరా' లను స్పష్టంగా చూడవచ్చుననీ తెలుసుకోండి. ఈ అద్దాల మధ్య వాడే రంగు మిశ్రమం ధర బాగా అధికంగా ఉంటుందని వేరే చెప్పక్కర్లేదనుకుంటాను. కాబట్టి యిలాంటి రంగు గ్లాసులని సంపాదించే ప్రయత్నాలు కూడా విరమించుకో వలసినదని మా విన్నపం. ఇలాంటి యాంత్రిక సాధనాల జోలికి పోకుండా యోగా పద్ధతిలో సంపూర్ణ విశ్వాసంతో చేసే సాధన వలన త్వరితంగానే 'ఆరా' లను చూసే శక్తి మీకు లభ్యమవుతుందని తెలుసుకోండి. ఈ ఆరాలు మనకు కనిపించకుండా ఉన్నందుకు ముఖ్యకారణం అలాంటి శక్తి మన కళ్ళకు ఉందని మనం విశ్వసించక పోవడమే!

మన 'ఆరా' లో అనేక రంగులు ఉంటాయని మనం తెలుసుకున్నాం. మనం 'రంగులు' అని చెప్తున్నది వర్ణమాలలోని ఓ ప్రత్యేక తరంగ సామర్థ్యం ఉన్న ఓ అంశమేనని మనం గుర్తుపెట్టుకోవాలి. 'ఎరుపు' అన్నామంటే వర్ణమాలలో సులభంగా గోచరమయ్యే ఓ ప్రత్యేక తరంగమని అనుకోవచ్చు.

Fig 4



MAIN LINES OF AURA

'ఎరుపు', 'నీలి' ఇలా వేరు వేరు తరంగ సామర్థ్యాలు ఏడు ఒక్కటిగా ఏర్పడి 'వర్ణమాల' అంటే తెలుపు రంగు ఏర్పడుతుంది. తెల్లటి రంగే ఇంద్రధనస్సు ఏర్పడినప్పుడు ఈ వర్ణమాల రూపంలో స్పష్టంగా విభజింపబడి ఏడు రంగులుగా విచ్ఛేధం చెంది మనకి దృగ్గోచరమౌతుంది. ఎర్రరంగు మన కంటికి చాలా సులభంగా కనబడితే, నీలి రంగును గుర్తించడం మాత్రం అంత సులభం కాదు. కొంత మందికి నీలి రంగు కన్పించదు. మరి కొంత మందికి ఎర్ర రంగు కనిపించదు. 'ఆరా' ను చూడగలిగే సామర్థ్యం ఉన్న వాళ్ళ ముందు మాట్లాడేప్పడు కొంత జాగ్రత్తగా ఉండటం మంచిది. ఎంచేతనంటే వాళ్ళు మీ మాటల్లోని అబద్దాలని సులభంగా గుర్తు పట్టేసి పైకి చెప్పేసి మిమ్మల్ని అవమానం పాలు చేయగలరు. సాధారణంగా మన తల చుట్టూ ఓ నీలి రంగు కాంతి వలయం గానీ, లేత పసుపు రంగు కాంతి వలయం గానీ ఉంటుంది. మనం ఒక అబద్ధాన్ని ఉచ్ఛరించగానే ఓ పసుపు ఆకుపచ్చ కాంతి కిరణం ఈ హేలో లో విజృంభించి కనిపిస్తుంది ! ఈ రంగుని మాటల్తో వర్ణించడం కష్టమే కానీ ఒక్కసారి ఈ రంగుని చూడగలిగారంటే మరి జన్మలో ఆ రంగుని మర్చిపోరు. కాబట్టి మనం ఓ అబద్ధం ఆడగానే మన తల మీద హేలో లో ఆకుపచ్చ - పసుపు రంగు మంట ఒకటి ఉవ్వెత్తున లేచి మన అబద్ధాన్ని బయటపెట్టేస్తుంది. కాబట్టి మనల్ని మనమే మోసం చేసుకున్న వారమవుతాం. ఈ హేలో మన 'ఆరా' పైభాగంలో ఉంటుంది. మన శరీరం చుట్టూ 'ఆరా' మన కళ్ళ ఎత్తువరకు మామూలుగా వ్యాపించి ఉంటుంది. ఆ పైన తల పైభాగంలో నీలి రంగుతో కానీ లేత పసుపు పచ్చ రంగుతో కానీ ఈ హేలో లేక 'నింబస్' మెరుస్తూ వెలుగుతూ ఉంటుంది. తల మీద నడినెత్తిన పైకి చిమ్మేనీటి ధారలాగా ఓ కాంతి పుంజం కలువ ఆకారంలో విచ్చుకుంటూ మన 'ఆరా' పైభాగంలో భాసిస్తూ ఉంటుంది. వర్ణనాత్మకత, భావుకత కల కవులకి ఏడుదళాల కలువ విచ్చుకున్నట్లే ఈ హేలో కనిపిస్తుంది.

ఓ వ్యక్తి ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుతున్న కొద్దీ అతని హేలో రంగు కాషాయ వర్ణం పసుపు రంగులోకి కొద్ది కొద్దిగా విస్తరిస్తూ గాఢంగా

రూపొందుతుంది. ఓ మనిషికి వికారమైన ఆలోచనలు చుట్టుముట్టి ఉంటే ఈ హేలో రంగు బురద మట్టి రంగులోకి దిగిపోయి దాని అంచుల్లో ఆకు పసరు పసుపు రంగుల్లో పిచ్చి ఆలోచనలు ఈ బురద రంగుని ఆవరించి కనబడుతాయి.

"చాలా మందికి ఈ ఆరాలు కన్పిస్తూ ఉంటాయి" అని మేము నమ్ముతున్నాం. 'ఆరా' లనూ చూస్తూ ఉండి కూడా తామేం చూస్తున్నారో వాళ్ళకి తెలియకుండా చాలామంది ఉంటున్నారని మేము అనుకుంటున్నాం. ఓ పురుషుడు లేకపోతే ఓ ఆడపిల్ల "ఈ రంగు లేక ఆ రంగు బట్టలు నాకు బాగా నచ్చుతాయి" అని చెప్పకోవడం మనం వింటూనే ఉంటాం. లేకపోతే ఫలానా వాళ్ళకు ఫలానా రంగు డ్రస్సులు బాగుండవని అనుకోవడం కూడా మనం వింటూనే ఉంటాం. ఇలా ఓ స్త్రీ గానీ పురుషుడు గానీ అనుకోవడానికి స్వతసిద్ధంగా తమకి కనిపించినా గుర్తించలేని 'ఆరా' రంగులతో పైన ధరించే రంగు వస్త్రాలు సవ్యంగా అమరి ఉండగలవని తెలుసుకుని ఉండగలగడమే కారణం. కొంతమంది, వేసుకున్న బట్టల్ని చూడగానే "అవి వాళ్ళకు సరిగ్గా 'మేచ్' కాలేదు" అని యిట్టే గుర్తు పట్టేయగల నేర్పుని స్వతఃసిద్ధంగానే కలిగి ఉంటారు. ఈ విషయం మీకు నిత్యం అనుభవంలోకి వస్తూనే ఉంటుంది. ఆ బట్టలు వేసుకున్న వ్యక్తికి తెలిసి ఉండక అలాంటి వేషధారణ చేసి వున్నా చూస్తున్న మనకి ఆ దుస్తులు ఎబ్బెట్టుగా కనిపించక మానదు. కాబట్టి, మనలో చాలామంది 'ఆరా' ని చూసే సామర్థ్యం కలిగి ఉంటారనీ, నేరుగా 'ఆరా' ని చూడలేకపోయినా మార్గాంతంలో దాన్ని కనీసం గుర్తు పట్టగలిగి ఉంటారనీ, లేదా మనిషి చుట్టూ ఆరా ఉండి ఉంటుందని కనీసం తెలుసుకుని ఉంటారనే విషయం కానీ స్పష్టంగా అర్థమౌతుంది. కానీ చిన్నప్పటి నుంచి తాము వంటబట్టిచ్చుకున్న ఆచార వ్యవహారాల వల్లా, "వింతలని వెర్రిగా చూడటం మంచిది కాదు." అనే చిన్ననాటి అభిప్రాయాలవల్లా, వాళ్ళ మనస్సుల్ని వాళ్ళే మభ్యపెట్టుకుని వాళ్ళని వాళ్ళే స్వంతంగా 'హిప్నొటైజ్' చేసేసుకుని తమకు "ఆరాలు కనబడడం లేదు" అని అనుకుంటూ ఉండిపోతారు.

కొన్ని డ్రస్సులు మీకు బాగా 'సూట్' అవుతాయి. వాటిని ధరిస్తే మీరు ఎంతో ఉత్సాహంతో ఉరకలు వేస్తుంటారు; ప్రశాంతంగా లేక గంభీరంగా ఉంటారు. మరి వేరే రంగు బట్టల్లో ఉన్నప్పడు మీకు చీకాకూ, ఆందోళనా, దిగులూ లేకపోతే ఆ డ్రెస్సుని తీసి పారేసేంత వరకూ అనారోగ్యం కూడా కలుగుతుందనే విషయం మీ అనుభవంలోకి వచ్చే ఉంటుంది. ఓ గదిలోకి మీరు వెళ్ళగానే ఆ రూము గోడలకి వేసి ఉన్న రంగులు గమనించినప్పడు కొన్ని సార్లు మీ మనస్సుకి ప్రశాంతత చేకూరినట్లు అనిపిస్తూ వుంటుంది. మరికొన్ని గదులలోని రంగులు గమనించి నపుడు మీరు ఉద్రేకానికి లేదా అశాంతికి గురి కావచ్చు. రకరకాల ప్రకంపనాలకి ఒక్కో 'రంగు' పేరు మనం పెట్టుకుని ఉన్నామన్న సత్యాన్ని గుర్తించండి. ఎరుపు రంగు ఒక నిర్ణీతవేగంతో పయనించే తరంగమనీ, ఆకుపచ్చ రంగు మరో ప్రకంపనం కలిగిన తరంగమనీ, నలుపురంగు ఇంకో తీవ్రతను పొందిన తరంగమనీ మనం గుర్తిస్తే ఆ రంగులని గమనించినప్పడు మనలో కలిగే ప్రశాంతత, ఉద్విగ్నత, ఉదాసీనత, దిగుళ్ళ లాంటి భావాలకు అర్థం గోచరిస్తుంది. మనకు విన్పించే శబ్దాల తీవ్రత అధికమైతే మనకు ఎలా తిక్కరేగుతుందో మనకు కనుపించని కాంతి తరంగాల తీవ్రత కూడా మనలోని ఆధ్యాత్మికత్వాన్ని అలాగే భగ్నం చేయవచ్చు.

ఐదవ పాఠం

ఆరా వర్ణాలు-I

సంగీతంలో స్వరాలు ఉంటాయి. శ్రావ్యంగా వినిపించే ధ్వని తరంగాలని 'స్వరాలు' అని మనం అనుకుంటూ ఉంటాం. కొన్ని శబ్దాలు కర్ణకఠోరంగా ఉంటాయి. అట్లాంటి శబ్దాల్ని వదలిపెట్టి శ్రావ్యతను తమలో నింపుకున్న స్వరాలను ఇతర మంచి స్వరాలతో కలిపి మంచి సంగీతాన్ని సృష్టించేందుకు స్వరకర్తలు నిరంతరం కృషి చేస్తుంటారు.

సంగీతంలో మనకు వినిపించే స్వరాలలాగే కనిపించే కాంతిలో కూడా వర్ణాలుంటాయి, వినిపించే ధ్వనీ, కనిపించే కాంతీ రెండూ తరంగ రూపాంత రాలేనని మనం తెలుసుకోవాలి. కొన్ని రంగులు మనల్ని ఉత్తేజితుల్ని చేసి సంతోష పెడ్తే మరికొన్ని వర్ణాలు మనకు తిక్క పుట్టిస్తాయి; ఉద్వేగాన్నీ కోపాన్నీ ప్రేరేపిస్తాయి. మానవుని ఆరాలో అనేక రంగులు కలబోసుకుని ఉంటాయన్ని మనం తెలుసు కున్నాం. మన కంటికి కనిపించే వర్ణాలకు మాత్రమే పేర్లున్నాయి. మన కంటి చూపు పరిధిలోకి రాని లేక దాటిపోయే కాంతి మిశ్రమాలకు మనం పేర్లు పెట్టలేం. వాటికి పరారుణా (INFRA-RED) కిరణాలు అనీ, అతి నీలలోహిత (ULTRA-VIOLET) కిరణాలు అనీ గుంపుగా సమిష్టి నామాలతో ఉదహరించి అనుకుంటాం తప్ప ప్రత్యేక పేర్లు చాలా రంగుల మిశ్రమాలకి లేవు. మన చెవులకి విన్పించకుండా కుక్కలకి మాత్రం వినిపించే శబ్దాలను పుట్టించగల 'ఈల' గురించి మనం ఇదివరకే తెలుసుకున్నాం. అలాగే కుక్క చెవులకు ఏ మాత్రం వినిపించని శబ్దాలను

మన చెవులు గ్రహించ గలుగుతున్నాయి. శబ్దతరంగాలని ఓ అంచులో కుక్కలు వినగలుగుతూ ఉంటే, మరో అంచులోని కొన్ని భాగాలను మనం వినగలుగుతున్నాం. మన చెవులు వినగలిగే శబ్దతరంగాల విస్తీర్ణాన్ని మనం పెంచుకోగలిగామనుకోండి, అప్పడు మనకు 'కుక్క ఈల' శబ్దం స్పష్టంగా వినిపిస్తుంది. అలాగే కంటికి కనుపించే కాంతి తరంగాల విస్తీర్ణాన్నీ మనం పెంచుకోగలిగితే మనకి మానవ శరీరం చుట్టూ ఉన్న 'ఆరా' స్పష్టంగా కనిపించి తీరుతుంది. ఇలాంటి దృక్కును సంపాదించడానికి మనం చేసే సాధన సవ్యంగా సాగకపోతే మనం నల్లరంగు, డీప్ పర్పుల్ రంగుల్ని కూడా చూడలేని స్థితికి మన కన్ను చేరుకుంటుంది! కాబట్టి, 'ఆరా'ను చూసేందుకు మనం చేసే ప్రయత్నాల్ని జాగ్రత్తగా, ఓర్పుతో చేయవలసి ఉంటుంది.

అన్ని రంగుల మిశ్రమాలను చర్చించుకోవడంలో అర్థం లేదు. ముఖ్యమైన ప్రాథమిక ఏడు రంగుల గురించి మాత్రం ఈ పాఠంలో చర్చించుకుందాం. ఓ వ్యక్తి యొక్క 'ఆరా'ను మనం గమనిస్తున్నాం అనుకోండి. ఆ వ్యక్తి ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుతూంటే ఆ వ్యక్తి 'ఆరా'లోని రంగులు క్రమేపీ ఓ పద్ధతిలో మార్పు చెందటాన్ని మనం గుర్తించవచ్చు. దురదృష్టవశాత్తూ ఓ వ్యక్తి పరమపద సోపానాలు ఎక్కుతూ క్రిందకి జారిపోతే ఆ వ్యక్తి ఆరాలోని ప్రాథమిక రంగు పూర్తిగా మారిపోవచ్చు లేదా రంగు సాంద్రత తగ్గిపోయి పేవలంగా తయారవచ్చు. సప్త ప్రాథమిక వర్ణాల్లో ఓ వ్యక్తి ఆరాలోని ఓ రంగు ప్రాముఖ్యంగా గోచరిస్తుంది. మిగతా అనేకానేక వర్ణ మిశ్రమాలు ఆ వ్యక్తి ఆరాలో ఇంద్రధనుస్సు రంగులు సుడిగుండాల్లో చిక్కుకున్నట్టు గిర్రున తిరుగుతూ ప్రవహిస్తూ కనిపిస్తాయి. శరీరం చుట్టూ ఈ రంగుల కాలువలు వర్తులాకారంలో వేగంగా పరుగులు తీస్తుంటాయి. అలాగే తల నుంచి పాదాల వరకు జలపాతంలా పడుతూ వుంటాయి. మనకు ఇంద్ర ధనస్సులో కన్పించే ఏడు రంగుల కన్నా చాలా ఎక్కువ రంగుల మిశ్రమాలు ఈ ఆరాలో మనకు దర్శన మిస్తాయి. నీటి బిందువుల కాంతి పరావర్తనం వల్ల ఏర్పడేదే ఈ ఇంద్రధనస్సు. ఈ ప్రకృతి దృశ్యం చాలా సులభంగా ఏర్పడుతుంది. అలాగే 'ఆరా' అనేది ప్రాణానికి పూర్తిగా ప్రత్యామ్నాయం ' అని తెలుసుకోండి.

ఈ క్రింద కొన్ని రంగుల గురించి విశ్లేషణ యివ్వబడింది. మిగతా రంగుల గురించి చర్చించుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. ఎంచేతనంటే ముందు ఈ క్రింది వర్ణాలను మనం గ్రహించగలిగినప్పడే మిగతా విషయాల గురించి తెలుసుకోవాలనే కోరిక మీకు ఏర్పడాలి. ఈ రంగులు మీరు చూడగలిగే రోజు వచ్చేవరకూ మిగతా రంగుల గురించి మరచిపోండి.

ఎరుపు :

ఎరుపు ఓ మంచి రంగు, బలమైన జీవితానికి ఇది ఓ సంకేతం. గొప్ప సైనికాధికారుల ఆరాలో ఎర్రరంగు విశేషంగా గోచరిస్తుంది. పసుపు రంగు అంచులు కలిగి ఉన్న మంచి ఎరుపు రంగును తన ఆరాలో పొందు పరచుకున్న వ్యక్తి ఇతరుల యోగక్షేమాల కోసం నిరంతరం పాటుపడి పోరాటం చేయాలనుకునే తత్వాన్ని కలిగి ఉంటాడు. అందరి ఆంతరంగిక విషయాల్లోకి అనవసరంగా కల్పించుకుని దూరే వ్యక్తితో పై వ్యక్తిని పోల్చుకోకండి. ఇలాంటి నక్షత్రకుల ఆరాలలో ఉండేది ఎర్రరంగు కాదు బ్రౌను (కాఫీపొడి కలర్) రంగు మాత్రమే. ఓ శరీరం లోంచి ఎర్రటి కాంతి పుంజాలు వెలువడుతూంటే ఆ శరీరాంగాల ఆరోగ్యం చాలా బాగా ఉన్నట్టు అర్థం. చాలా మంది ప్రపంచ నాయకుల ఆరాల్లో ఈ ఎర్రటి రంగుతో బాటు కాలుష్యపు రంగులు కూడా తోడు కావటం నిజంగా శోచనీయం.

బురద రంగు తోడయిన ఎరుపు రంగు కానీ, బాగా ముదిరి ఉన్న పసుపు రంగు కానీ ఓ వ్యక్తి యొక్క దుర్మార్గాన్నీ కాఠిన్యాన్నీ ఘోషించి వెల్లడిస్తుంది. అటువంటి రంగు ఆరా గల వ్యక్తిని మనం నమ్మడానికి వీలులేదు. అతను నిరంతరం 'జగడాలమారి'గా ఉంటాడు. భయంకరమైన స్వార్థాన్ని తనలో నింపుకుని, మోసంతో జీవిస్తూ తన స్వంత పబ్బం గడుపుకునే వ్యక్తిగా అతనిని మనం గ్రహించవచ్చు. పాలిపోయిన ఎరుపు రంగు ఉత్తేజం పొందిన నాడీ మండలంలో అలజడిని సూచిస్తుంది. 'మాచెడ్డ' ఎరుపు రంగు ఆవరించి ఉన్న మనిషి శరీరకంగా బాగా బలవంతుడయి వుంటాడు. హంతకుల 'ఆరా'లు అధోగతికి చెందిన ఎరుపు రంగుని కలిగి ఉంటాయి.

ఎరుపు రంగు ఎంత తేలికగా ఉంటే ఆ వ్యక్తి అంతగా నెర్వస్‌గా ఉంటాడు; అంతగా నిశ్చలతను కోల్పోయి ఉంటాడు. అలాంటి వ్యక్తి ఉద్రేకంతో ఉరకలు వేస్తూ ఉంటాడు; ఎంతో ఆందోళన చెందుతూ ఉంటాడు; కొద్ది క్షణాలు కూడా నిశ్చలంగా ఉండలేడు. అలాంటి వ్యక్తి తప్పక స్వార్థపరుడై వుంటాడు. శరీరాంగాల వద్ద ఎర్ర రంగు కనిపిస్తే ఆయా అవయవాల ఆరోగ్యాన్ని ఆ రంగు తెలుపుతూ వుంటుంది. నిర్జీవంగా కనిపించే ఎరుపు గానీ, మట్టిరంగు కలిసిన ఎరుపు గానీ, ఓ ప్రదేశంలో నెమ్మదిగా ఊగిసలాడుతూ కనిపిస్తే అక్కడ కేన్సర్ వ్యాధి వృద్ధిపొందుతోందని గ్రహించవచ్చు. ఆ ప్రదేశంలో నిజంగా కేన్సర్ ఉన్నా లేక సమీప భవిష్యత్తులో అక్కడ 'కేన్సర్' వృద్ధి జరిగే అవకాశం ఉన్నా ముందే గుర్తు పట్టవచ్చు. ఆ భాగం నుంచి వెలువడే ఎర్ర కాంతిని బట్టి రాబోయే జబ్బులని గురించి ముందుగానే గ్రహించవచ్చు. వెంటనే సరైన జాగ్రత్తలు వహించగలిగితే మంచి జరుగుతుంది. లేకపోతే రకరకాల వ్యాధులతో బాధపడటం తప్పదు. 'ఆరా థెరపీ' ద్వారా రోగ నిరోధం సాధించడం లేక రోగాన్ని బాగుచేసుకోవడం - భవిష్యత్తులో సాధ్యం కావచ్చు. దవడ దగ్గర ఎర్ర రంగు మచ్చలాగా మెరుస్తూ కనిపిస్తే ఆ వ్యక్తి పంటి పోటుతో బాధపడుతున్నాడని అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఆత్మ విశ్వాసం అతిగా కలవారి ఆరాల్లో స్కార్లెట్ ఎరుపు కనిపిస్తుంది. వాళ్ళు తమని తాము ఇష్టపడుతూ ఉంటారు. ఈ రంగు వారి నిరతిశయానికి-లేని గొప్పతనానికి సంకేతంగా నిలుస్తుంది. వ్యభిచారం వృత్తిగా గల స్త్రీల పిరుదుల వద్ద కూడా ఇలాంటి రంగు కనిపిస్తుంది. కాబట్టి వాళ్ళకు ఉన్న 'స్కార్లెట్ వుమెన్' అనే పేరు సార్థక నామధేయంగా గ్రహించండి. అటువంటి స్త్రీలలో సెక్సులో ఏ మాత్రం ఆనందం ఉండదు ధనార్జనే వారి ధ్యేయం. బ్రతుకు తెరువుకు అది ఓ పద్ధతి - అంతే దురహంకారి, పడుపుగత్తె మొదలైన వారు ఒకానొక ఎరుపు (స్కార్లెట్) వర్ణాన్ని ధరించి ఉంటారు. ఇంగ్లీషు భాషలో ఎప్పుడూ వాడే కొన్ని మాటల్లో - ఉదాహరణకి 'స్కార్లెట్ ఉమెన్', 'బ్లూ మూడ్', 'రెడ్‌రేజ్', 'బ్లాక్ విత్ టెంపర్', 'గ్రీన్ విత్ ఎన్వీ' ఆరా రంగులు స్పష్టంగా వాళ్ళు నిజంగా గమనించో, చూసో చెప్పినట్టుగానే మనకి అనిపించడంలో ఏ మాత్రం ఆశ్చర్యంలేదు.

ఎరుపు రంగు వద్దే ఇంకా కొంతసేపు నిలబడదాం. పింక్ రంగు (సరిగ్గా పింక్ రంగుకాకపోయినా పగడాల రంగుకు కొంత దగ్గరగా ఉండే రంగు లాంటిది) పూర్తిగా ఎదగని శైశవాన్ని ప్రకటిస్తుంది. నవ యవ్వనవంతుల్లో ఈ రంగు ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. పెద్దవారిలో ఈ రంగు కనిపిస్తే అది వాళ్ళ పిల్లతరహా వ్యవహారాన్నీ, తమకి భద్రతలేదని అనుకునేవాళ్ళ మనస్తత్వాన్నీ సూచిస్తుంది. రెడ్ - బ్రౌన్ ఆరా వ్యక్తి చాలా నీచంగా ప్రవర్తిస్తుంటాడు. అలాంటి రంగు ఆరా ఉన్న వ్యక్తి దగ్గరకి వెళ్ళడం మానుకోవడం ఉత్తమం. ఎందుకంటే వాళ్ళు మనకు తప్పక కష్టాలు తెప్పించ గలరు. ఈ రంగు ముఖ్య శరీర అవయవం మీద కనిపిస్తే భయంకరమైన జబ్బుతో వాళ్ళు బాధపడుతున్నారనీ, త్వరలోనే వాళ్ళకి మరణం సంభవిస్తుందని తెలుసుకోండి.

ప్రక్క టెముకల క్రింద ఎరుపు రంగు కనిపిస్తే వాళ్ళకి నరాల బలహీనత ఉందని అర్థం. ప్రశాంతంగా జీవించే ప్రయత్నం చేయాలి. నాలుగు కాలాల పాటు సుఖ సంతోషాలతో జీవించాలని వారు కోరుకునేట్లయితే అది తప్పక సాధ్యం.

ఆరెంజ్ :

ఆరెంజ్ రంగు నిజానికి ఎరుపులో ఓ భాగమే. కానీ దానికో ప్రత్యేక స్థానాన్నిచ్చి గౌరవించడం ఎందుకంటే ప్రాచ్య దేశాల్లో ఆరెంజ్ రంగుని సూర్యుడికి చిహ్నంగా ఆరాధిస్తూ ఉంటారు కనుక. అక్కడ ఎక్కడ చూసినా వివిధ వర్ణాల ఆరెంజ్ రంగులు కనిపిస్తూనే ఉంటాయి. ఇక్కడ సూర్యునికి ఆరెంజ్ రంగుతో జతచేయబడుతూ ఉంటే మరికొన్ని దేశాల్లో సూర్యుడిని నీలిరంగుతో సమీకరించే పద్ధతిని కొందరు ఆచరిస్తారు. ఈ రెండు పద్ధతులను ఒకే నాణానికి ఉన్న రెండు ముఖాలుగా చూపించడానికి ఈ ప్రస్తావన తెచ్చాం. మీ మతం ప్రకారం సూర్యుని ఏ రంగుతో అర్చించినా పర్వాలేదు. ఎటొచ్చీ ఆరెంజ్ రంగు ఓ మంచి రంగు. తమ ఆరాల్లో తగిన ఆరెంజ్ కల వ్యక్తుల ఇతరుల పట్ల సానుభూతిని కలిగి ఉంటారు. వాళ్ళు మానవతావాదులు. దురదృష్టవంతులకి వాళ్ళు కొండంత అండగా

ఉండేందుకు ప్రయత్నిస్తారు. పసుపు - ఆరెంజ్ మిశ్రమం తమ ఆరాల్లో ఉండాలని ఆశించడం ఉత్తమమైనది. ఎంచేతనంటే అట్లాంటి వర్ణాన్ని ఉండి ఉన్న వాళ్ళు ఆత్మ నిగ్రహాన్నీ చాలా ఇతర మంచి గుణాలనీ కలిగి ఉంటారు.

బ్రౌను - ఆరెంజ్ మిశ్రమం అధమమైన సోమరిపోతును సూచిస్తుంది. 'దున్నపోతు మీద వర్షం' అనే సామెత ఇలాంటి వ్యక్తులకే వర్తిస్తుంది. ఈ వర్గం మూత్రపిండాల జబ్బుని ఎత్తి చూపుతుంది. కిడ్నీలు ఉన్న ప్రాంతంలో ఉదా రేఖల్తో దర్శనమిస్తే వాళ్ళ మూత్రపిండాల్లో రాళ్ళు ఉన్నట్లు నిర్ధారణ చేసుకోవచ్చు.

ఆకుపచ్చ ఛాయలో కలిసి ఆరెంజ్ మిశ్రమాన్ని ఎవరు తమ ఆరాల్లో కలిగి ఉంటారో వాళ్ళు ఉత్తి పుణ్యానికి ఎదుటి మనిషితో తగవు పెట్టుకునే సరదా కలిగి ఉంటారు. రంగుల్లోని ప్రాథమిక ఛాయల్లోని మరో ఛాయల్ని చూడగలిగే స్థితికి చేరుకున్నప్పుడు ఇలాంటి మనుష్యుల జోలికి వెళ్ళడం మానుకోండి. ఎందువల్లనంటే వీళ్ళకి నలుపు తెలుపులు తప్ప మరొకటి అర్థం కాదు. వీళ్ళ బుర్రలు సరిగ్గా ఊహించే స్థితిని పొంది ఉండవు. ఎదుటి మనుష్యులకి ఆలోచనలు, అభిప్రాయాలు, కొంత జ్ఞానం ఉంటాయని కూడా వీళ్ళు గ్రహించకుండా అంతులేని వాదనా వ్యాసంగంతో మునిగి తేలుతూ ఉంటారు. వాదనలో పస ఉన్నా లేకున్నా వీళ్ళు గ్రహించలేరు. వాళ్ళ ఏకైక జీవితాశయం నిరంతరం వాదిస్తూ ఉండడమే!

పసుపు :

బంగారు రంగు పసుపు ఆరా ఉన్న వ్యక్తి ఆధ్యాత్మికంగా బాగా ఎదిగి ఉన్నవాడు. గొప్ప మహనీయులైన సన్యాసులకి ఈ రంగు హేలో (halo) లు తలల వెనుక కనిపిస్తూ ఉంటాయి. వారి ఆధ్యాత్మిక స్థితిని బట్టి ఈ హేలో ప్రకాశం ఎక్కువ అవుతూ వుంటుంది. అత్యుత్తమ స్థానంలో ఉన్న సన్యాసుల ఆరాల్లో మేలిమి బంగారు పసుపు వర్ణంతో బాటు ఇండిగో వర్ణం కూడా కలిసి ఉంటుంది. ఆరాలో పసుపు రంగు వున్న వ్యక్తులు ఆధ్యాత్మికంగా, నైతికంగా బలంగా వుంటారు. అలాంటి వారు భయాన్ని త్యజించిన వారై సక్రమమైన మార్గం లోనే నిరంతరం నడుస్తూ ఉంటారు. ప్రకాశవంతమైన

పసుపు రంగు ఆరా ఉన్న వ్యక్తిని మనం పూర్తిగా నమ్మవచ్చు. పొడవుతున్న వెన్నకు ఉండే పసుపు రంగు ఉన్న వ్యక్తిని పిరికివాడుగా గ్రహించవచ్చు. కళా విహీనం అయిన పసుపు రంగుని ధరించిన వ్యక్తి అన్నిటికీ భయపడే లక్షణాల్ని కలిగి ఉంటాడు. ఎరుపు పాలు ఎక్కువైన పసుపు ఆరా కల వ్యక్తి మానసిక, నైతిక, శారీరక పిరికి తనపు బలహీనతలను కల్గి ఉంటాడు. వాళ్ళలో ఆధ్యాత్మికత పూర్తిగా మృగ్యం. వారిలో ఆత్మ విశ్వాసం పూర్తిగా శూన్యంగా ఉంటుంది. ఎరుపు రంగులో కలసిన వారిలో పసుపు ఆరా కల వ్యక్తి మతాల్ని మార్చుకుంటూ స్థిరత్వంతో ఉండలేక "ఐదు నిమిషాల్లోనే సాధించగలిగే" విషయాల వెంట, వస్తువుల వెంట పరుగులు తీస్తూ ఉంటాడు. వాళ్ళు నిలకడగా ఉండలేరు. ఏ విషయాన్ని గురించి కానీ కొన్ని క్షణాల కన్నా మించి ధ్యాసతో ఉండలేరు. ఎరుపు - పసుపు ఇంకా బ్రౌన్ - ఎరుపు ఛాయలున్న ఆరా కల వ్యక్తులు 'విజాతి' (Opposite Sex) వ్యక్తుల వెంట పడుతూ నిరంతరం భంగపడుతూ ఉంటారు. ఒక గమనించాల్సిన విషయం వినండి. ఓ వ్యక్తికి ఎరుపు లేక అల్లం రంగు జుట్టు ఉంటే అతని ఆరాలో ఎరుపు - పసుపు వుంటే అతను దురుసుగా ఉండే వ్యక్తిత్వం కలిగి ఉంటాడు. ఎవరు ఏ మాట మాట్లాడినా తనలోని లోపాల్ని ఎత్తి చూపించి దుయ్యబడుతున్నారని అపోహలు తెచ్చుకుని అందరితో పోట్లాడుతూ ఉంటాడు. కొన్ని రకాల ఎరుపు పసుపు రంగు మిశ్రమాలు ఆరాల్లో ఉన్న వ్యక్తి తనను తానే అందరిలోకీ అధముణ్ణని ఊహించుకుని దిగులు పడిపోయి ఇన్ఫీరియారిటీ కాంప్లెక్స్‌తో బాధపడుతూ ఉంటాడు. అలాంటి వాళ్ళ ఆరాల్లో ఎరుపు ఎంత ఎక్కువ సాంద్రతతో ఉంటే వాళ్ళ ఇన్ఫీరియారిటీ కాంప్లెక్స్, అంత తీవ్రతని పొంది ఉంటుంది. బ్రౌనిష్ ఎరుపు రంగు ఆరాలు ఉన్న వ్యక్తుల ఆలోచనలు పవిత్రంగా ఉండవు. వారికి ఆధ్యాత్మికంగా ఎదుగుదల కూడా ఉండదు. ఇలాంటి అధోగతి పొందిన వాళ్ళందరూ ఒకచోట పోగయి ఉంటారు. ఇలాంటి త్రాగుబోతులూ, భ్రష్టులూ, నీచులంతా అధఃపాతాళానికి కూరుకుపోతూ ఉంటారు. వీళ్ళు మరీ అధ్వాన్నంగా తయారై ఉంటే వీళ్ళ ఆరాల్లో పాచి రంగు కూడా కలసిపోయి అసహ్యంగా ఉంటుంది. స్వయంకృతాపరాధులు వీళ్ళు. వీళ్ళని పతనం నుంచి రక్షించడం దాదాపు దుస్సాధ్యం.

బ్రౌనిష్ - పసుపు రంగు అపరిశుద్ధ ఆలోచనలని సూచిస్తుంది. ఇలాంటి రంగు ఉన్న ఆరా గలవాళ్ళు ఇరుకైన, సక్రమమైన దారిలో నడవడంలేదని గ్రహించవచ్చు. ఇక ఆరోగ్య విషయానికి వస్తే ఆకుపచ్చ - పసుపు రంగు కాలేయ జబ్బుల్ని ఎత్తి చూపిస్తుంది. ఆకుపచ్చ - పసుపు, బ్రౌన్ - ఎరుపు - పసుపు రంగుల్లోకి మారుతూ కన్పిస్తే అలాంటి వ్యక్తుల్లో సుఖ వ్యాధులున్నాయని అర్థం. సుఖవ్యాధులున్న వ్యక్తుల పిరుదులు చుట్టూ దట్టమైన బ్రౌన్‌తో కలసిన దట్టమైన పసుపు పట్టీ ఒకటి ఖచ్చితంగా కనిపిస్తుంది. ఈ పట్టీ వద్ద ఎర్రమట్టి విరజిమ్మ బడినట్లు కనిపించడం కూడా సహజమే. పసుపు రంగులో బ్రౌన్ రంగు ఎక్కువ ప్రస్ఫుటమవుతూ ఉండి వంకర్లు తిరుగుతూ ఉన్న పట్టీలను కలిగి ఉన్నట్టు కనిపిస్తే అది మానసిక అవలక్షణాలను సూచిస్తుంది. ఒక వ్యక్తి రెండు విభిన్న మనస్తత్వాలు కలిగి ఉంటే అతని ఆరాలో సగభాగం నీలి పసుపు రంగు మిగతా సగ భాగం బ్రౌన్ లేక ఆకుపచ్చ - ఎరుపు మిశ్రమంతో నిండి ఉంటుంది.

మనం మొదట అనుకున్న శుద్ధ బంగారు వర్ణపు పసుపు రంగు ఆరాను సంపాదించుకునేందుకు మనం నిరంతరం కృషి చేయాలి. ఆలోచనలను ఉద్దేశ్యాలను పవిత్రంగా ఉంచుకోవడం ద్వారా దీన్ని మనం సాధించవచ్చు. జీవబ్రహ్మైక్య పథంలో అభివృద్ధి సాధించాలంటే తప్పక ఈ పసుపు రంగు ఆరాను సంపాదించుకోకుండా మాత్రం ముందుకు వెళ్ళలేం.

ఆకుపచ్చ:

ఆకుపచ్చ రంగు రోగ ఉపశమనానికి, విద్యా బోధనకూ ప్రతీక, భౌతికంగా ఎదుగుదలను కూడా ఆకుపచ్చ రంగు ప్రకటిస్తుంది. గొప్ప వైద్యులూ శాస్త్ర నిపుణులూ తమ ఆరాల నిండా ఆకుపచ్చ రంగుని నింపుకుని కన్పిస్తారు. వాళ్ళ ఆరాల్లో ఎరుపు రంగు కూడా అమితంగా కన్పిస్తుంది. ఒక కుతూహలాన్ని రేకెత్తించే విషయం ఏమంటే ఆకుపచ్చ - ఎరుపు రంగులు ఆరాలో పరస్పరం స్నేహంగా కనిపిస్తూ ఒకదానితో మరొకటి సులువుగా

కలిసిపోతూ ఉంటాయి. వాటి రెండింటిలో చక్కటి పొంతన కుదురుతుంది. మామూలుగా వస్తువుల్లో ఈ రెండు రంగులూ ఎబ్బెట్టుగా కనిపించవచ్చు. కానీ ఆరాల్లో మాత్రం ఈ రంగులు చూసే వాళ్ళకి సంతోషాన్ని కలిగిస్తాయి. తగినంత ఎరుపు ఆకుపచ్చ రంగుతో కలసి ఉన్న శస్త్ర నిపుణులు చాలా చురుకుగా ఉంటారు. తమ విధిని చక్కగా అనుష్టించగలిగి ఉంటారు. ఎరుపు రంగు లేకుండా, ఉట్టి ఆకుపచ్చ రంగునే తమ ఆరాల్లో కలిగిన వైద్యులు తమ వృత్తిలో అత్యున్నత స్థానాన్ని పొంది ఉంటారు. లేక ఆ రంగు కల నర్సులు మానవ సేవాతత్పరతను తమ జీవితాశయంగా కలిగి ఉండటమే కాకుండా అంతులేని ప్రేమా శ్రద్ధల్ని కలిగి ఉంటారు. ఒక ప్రత్యేక నీలి వర్ణంతో జత కలిసిన ఆకుపచ్చ రంగు చక్కటి విద్యా బోధనా పటిమను ప్రతిబింబిస్తుంది. కొందరు విద్యావేత్తల ఆరాల్లో ఆకుపచ్చ రంగు పట్టీలు నీలిరంగు సుళ్ళు కన్పిస్తూ ఉంటాయి. విద్యుత్ కాంతి నీలి రంగు నీలి ఆకుపచ్చ రేఖల మధ్యలో పసుపు రంగులో ప్రదర్శిస్తూ ఉన్న ఈ ఆరాలు ఉన్న ఉపాధ్యాయులు తమ శిష్యుల మీద అపారమైన వాత్సల్యాన్నీ కరుణనూ కలిగి ఉండటమే కాకుండా అత్యున్నతమైన ఆధ్యాత్మిక విషయాలను నిశితంగా స్పష్టంగా శిష్యులకు నేర్పగలిగిన నైపుణ్యాన్ని కలిగి ఉంటారు.

మానవుల, ఇతర జీవుల ఆరోగ్యం గురించి శ్రద్ధ వహించే వ్యక్తుల ఆరాల్లో ఆకుపచ్చ రంగు విశేషంగా ద్యోతకమవుతుంది. గొప్ప డాక్టర్లు, గొప్ప నర్సులు, గొప్ప సర్జన్లు కాకపోయినా, ఏ వ్యక్తులైనా మానవుల, జంతువుల ఆరోగ్యాన్ని గురించి వాళ్ళు ఏ పని అయినా చేస్తున్నట్లయితే వాళ్ళ ఆరాల్లో కొద్దో గొప్పో ఆకుపచ్చ రంగు తప్పక చోటు చేసుకుని ఉంటుంది. ఆరోగ్యశాఖను ప్రకటించే బిళ్ళ ల్లోని ఆరాల్లో ఈ రంగు స్పష్టంగా గోచరిస్తూ ఉంటుంది. ఆకుపచ్చ రంగు సాధారణంగా మరో గాఢవర్ణాన్ని ఆశ్రయించి ఉంటుంది. ఆకుపచ్చ రంగు ఆరాల్లో ఉన్న వ్యక్తులు స్నేహశీలురుగానూ, సానుభూతిపరులుగానూ, హితులుగానూ ఉంటారు. కానీ పసుపు రంగుతో కూడిన ఆకుపచ్చ రంగు ఉన్న ఆరాలు గల వ్యక్తులను నమ్మడానికి వీలులేదు: వికారాన్ని సూచించే పసుపురంగు కానీ, వికారంగా కనిపించే ఆకుపచ్చ

కానీ ఎంతో అధికంగా ఆరాల్లో కనిపిస్తే అంత గాఢం గానూ వారు మోసగాళ్లని గ్రహించగలం. తియ్యటి మాటల్తో నమ్మించి మోసాలు చేసి డబ్బులను సంపాదించే వాళ్లకి నిమ్మ ఆకుపచ్చ రంగు - పసుపు రంగు మిశ్రమం ఉన్న ఆరా ఉండి తీరుతుంది. ఆకుపచ్చ రంగు క్రమేపీ ఆకాశం నీలం రంగు గానీ విద్యుత్ నీలం రంగు గానీ కలిగి ఉంటే అలాంటి వ్యక్తుల్ని సంపూర్ణంగా నమ్మవచ్చు.

నీలి :

ఆధ్యాత్మిక ప్రపంచానికి నీలి రంగును సూచికగా వర్ణిస్తారు. ఆధ్యాత్మికంగా వున్న బుద్ధి సూక్ష్మతను కూడా ఒక విధమైన నీలి రంగు ఛాయ ఎత్తి చూపుతుంది. మంచి ఛాయ ఉన్న నీలి రంగు సానుకూల్యాన్ని గుర్తింపు చేయగలిగి ఉంటుంది. ఎథిరిక్ నీలి రంగు ఛాయనే కలిగి ఉంటుంది. నేరుగా సిగరెట్టు నుంచి వెలువడే లేత నీలి పొగ రంగులో ఆరా ఉంటుంది. ఎండు కట్టెలు మండుతున్నప్పడు కూడా ఆ మంటల ప్రారంభంలో ఇలాంటి నీలి రంగు భాగాలను గమనించవచ్చును. ప్రగాఢ మవుతున్న నీలి వర్ణం సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి సంకేతం. పాలిపోతున్న ఈ నీలి వర్ణపు ఆరా గల వ్యక్తి చంచల మనస్కుడై, స్థిరాభిప్రాయం లేనివాడై, ఎంతో బలవంతం చేస్తే తప్ప ఏ నిర్ణయమూ తీసుకోలేనివాడే ఉంటాడు. బలమైన లేదా గాఢమైన నీలి రంగు ఆరా కలిగి వుంటే ఉన్నత దిశలో క్రమేపి ఎక్కుతూ వున్న వ్యక్తినీ, లేక అభివృద్ధి కోసం నిజంగా పాటుపడే వ్యక్తినీ కృషి చేసే వ్యక్తినీ చూడొచ్చు. చేస్తున్న పనిలో తృప్తిని పొందుతున్న వ్యక్తి ఆరాల్లో గాఢమైన నీలి వర్ణం దర్శనమిస్తూ ఉంటుంది. ఆత్మప్రబోధాన్ని నిజంగా విని ధర్మ ప్రచారం చేస్తూన్న మతాధికారుల ఆరాలు ఈ వర్ణంతో ఎంతో శోభిస్తూ ఉంటాయి. ప్రపంచం చుట్టూ ధర్మ ప్రచారానికి బయలు దేరి తద్వారా చక్కటి ఆదాయాన్ని సంపాదించుకో జూస్తున్న మత ప్రచారకుల ఆరాల్లో మాత్రం ఈ వర్ణం అసలు గోచరించదు ! ఏ వ్యక్తి సచ్ఛీలాన్నయినా అతని ఆరాలో కనిపిస్తున్న పసుపు రంగును బట్టి నీలి రంగును బట్టి మాత్రమే స్పష్టంగా గ్రహించగలం.

ఇండిగో :

ఇండిగో రంగునూ, అతి నీలలోహిత వర్ణాన్నీ కలిపి మనం చర్చించుకోవలసి వస్తుంది. ఎంచేతనంటే ఈ రెండు వర్ణాలూ అత్యంత సహజంగా పరస్పరాశ్రితాలు. ఆరాలో అధికభాగం ఇండిగో వర్ణంలో కనిపిస్తే అలాంటి వ్యక్తులు మతాన్ని గాఢంగా విశ్వసించేవాళ్ళు అయి వుంటారు. వాళ్ళు గొప్ప మతాభిమానులమని ప్రచారం చేసుకోనక్కరలేదు. కొంతమంది తమకి మతం మీద విశ్వాసం బోలెడంత వుందని చెబుతూ వుంటారు. మరి కొంత మంది తమకి మతం మీద ప్రగాఢ విశ్వాసం వుందని అనుకుంటూ వుంటారు. వీళ్ల ఇద్దరిలో ఎవరు నిజంగా మత విశ్వాసం కలిగి వున్నవాళ్ళో వాళ్ల ఆరాలను పరీక్ష చేయకుండా నిర్ధారణ చెయ్యలేం. ఆరా లోని ఇండిగో వర్ణం మత విశ్వాసాన్ని స్పష్టంగా నిరూపిస్తుంది. ఈ ఇండిగో వర్ణంతో పాటు పింక్ వర్ణం కూడా ఆరాల్లో కనిపిస్తే అలాంటి వ్యక్తులు ప్రతి విషయానికీ విసుక్కునే వాళ్ళుగా గ్రహించండి. మనిషిలోని అధోగతిని ఈ పింక్ - ఇండిగో మిశ్రమం సూచిస్తుంది. నిర్మలత్వం లోపించిన వ్యక్తుల ఆరాల్లో ఈ వర్ణం ప్రత్యక్షమవుతూ వుంటుంది. హృద్రోగంతో బాధపడుతున్న రోగులలో, జీర్ణకోశ జబ్బుల్తో బాధపడుతున్న రోగులలో ఇలాంటి మిశ్రమం వున్న రంగు ఆరాల్లో తప్పక నెత్తి మీద గూడు కట్టుకుని వుంటాయి.

గ్రే (ఊదా) :

ఈ రంగు ప్రత్యేకించి ఏ గుణాన్నీ సూచించదు. బొత్తిగా అధోగతి పాలయిన వ్యక్తిని ఈ వర్ణం విశ్లేషిస్తుంది. ఆరాల్లో ఈ రంగు పొరలు ద్యోతకమయితే ఆ వ్యక్తి అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నాడనీ, వెంటనే అతనికి వైద్య సహాయం అవసరమనీ గ్రహించాలి. తలనొప్పితో ఎవరైనా బాధపడుతూ ఉంటే అతని ఆరాలో ఆ రంగు కొట్టుకుంటూ కనిపిస్తుంది. బొత్తిగా ఎదుగుదల లేని వ్యక్తి ఆరాలో ఈ రంగు చెల్లా చెదురుగా విరజిమ్మబడినట్లు కనిపిస్తుంది. అయితే అలాంటి వ్యక్తుల నగ్న శరీరాల్ని చూసే అవకాశం సాధారణంగా మీకు రాకపోవచ్చు.

ఆరవ పాఠం

ఆరా వర్ణాలు - II

ఈ పాటికి " ఈ విశ్వమంతా ఒక ప్రకంపనల సముదాయం" అని మీకు చక్కగా అర్థమై ఉండాలి. ఈ విశ్వంలో అన్ని ప్రకంపనాలనూ సృష్టించగల ఓ పెద్ద "పియానో లేక హార్మోనియం మెట్ల వంటి మీటలు" అనంత విశ్వంలోకి వ్యాపించి ఉన్నాయని ఊహించండి. ఈ కీ బోర్డ్‌లో ఉన్న అనంతమైన మీటలను ఓక్కోటీ నొక్కుతూ పోతే ఒక్కో ప్రకంపనం సృష్టించబడుతూ ఉంటుందని ఊహించండి. ఆ మెట్ల మీద మనం చీమలలాగా చిన్న చిన్న శరీరాలతో నడుస్తున్నాం అనుకోండి. అప్పుడు కొన్ని మెట్లు మాత్రమే కనిపిస్తాయి. ఈ మెట్లకి సంబంధించిన ప్రకంపనాలను మాత్రమే గ్రహించగలుగుతాం. మనకు తెలిసిన ఈ మీటల్లో ఒకదాన్ని నొక్కితే 'స్పర్శ' అని మనం అనుకుంటున్న ప్రకంపనం కలుగుతుంది. ఈ ప్రకంపనం చాలా నెమ్మది గాను, నిదానం గానూ ఘనపదార్థంలాగా ప్రవర్తిస్తూ ఉండటం వల్ల మన చేతికి అది ఘనంగా అనిపిస్తుంది తప్ప ఆ ప్రకంపనాన్ని మన చెవులతో వినలేం. మన కళ్ళతో చూడలేం. (5వ బొమ్మని చూడండి).

ఇప్పుడు నొక్కిన మెట్టుకు ప్రక్క మెట్టు శబ్దానికి సంబంధించినది. అంటే మన చెవులకి వినిపించే తరంగ దైర్ఘ్యం ప్రకంపనాల వేగం ఉన్న శబ్ధ వర్ణాలను సృజించే మెట్టు ఇదన్నమాట. కర్ణభేరిని ఈ వర్ణాలు ఉత్తేజపరచ గలిగి ఉంటాయి. మన చేతి వ్రేళ్ళకి ఈ శబ్ధతరంగాలని గ్రహించగలిగే నేర్పు వుండదు. కానీ, మన చెవులు ఈ శబ్ద తరంగాలకు అనుగుణంగా స్పందించి

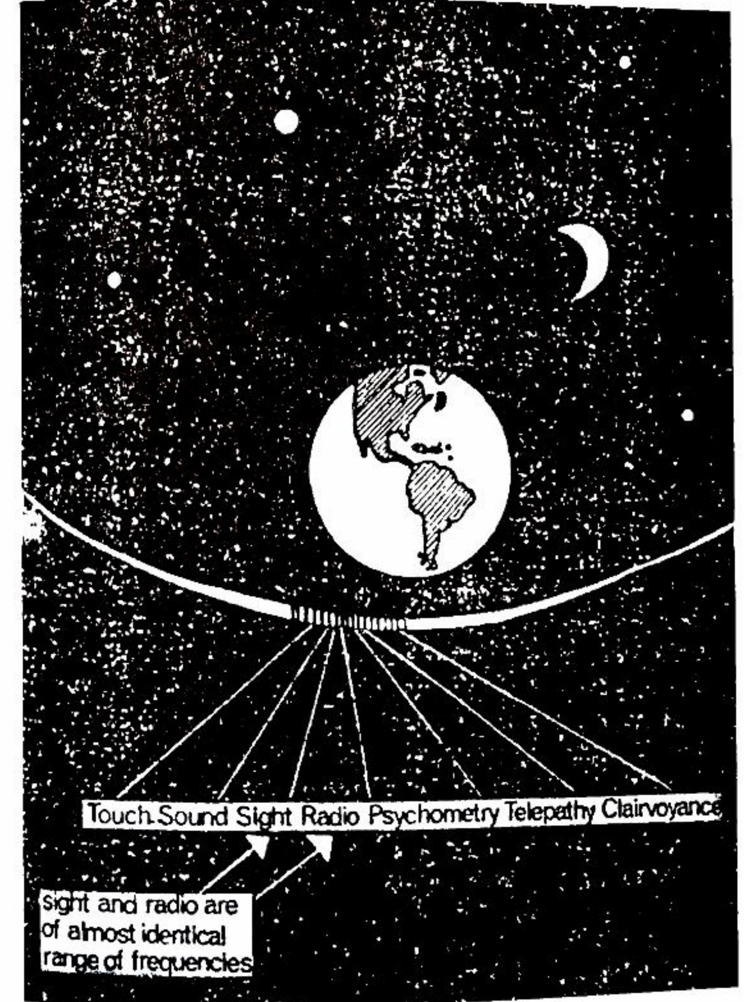
శబ్దాన్ని గ్రహించగలిగి ఉంటాయి. మనం ముట్టుకోగలిగిన ప్రకంపనాలను వినలేం. వినగలిగిన ప్రకంపనాలను ముట్టుకోలేం. శుభం! మనం ఈ అనంత పియానో మెట్లలోని రెండు మెట్ల (స్పర్శ - శబ్దాలు) గురించి తెలుసుకోగలిగాం.

మూడో మెట్టు రూపానికి సంబంధించినది. కాంతి ప్రకంపనాల వేగం చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ ప్రకంపనాలను మన స్పర్శ జ్ఞానం గుర్తించలేదు. మన చెవులు ఈ ప్రకంపనాలను వినలేవు. కానీ ఎలాగో ఈ కాంతి ప్రకంపనాలు మన కళ్ళని ప్రోత్సహించగలిగి ఉంటాయి. ఈ శక్తిని మనం "కంటిచూపు" అంటూ ఉంటాం.

ఈ మూడు మెట్లూ దాటాక మనకి రేడియో ఫ్రీక్వెన్సీని సృష్టించగల మీటలు దర్శనమిస్తాయి. లాంగ్‌వేవ్ అనీ, మీడియం వేవ్ అనీ, షార్ట్ వేవ్ అనీ, మైక్రో వేవ్ అనీ రకరకాల రేడియో తరంగాలను ఈ మీటలు సృష్టించగలిగి ఉంటాయి. ఇంకా కాస్త ముందుకు పోతే మనకు టెలీపతీ (దూర శ్రవణం) క్లెయర్‌వా యన్స్ (దూరదర్శనం) లాంటి అతీంద్రియ శక్తుల సముదాయాలను తమ ఆధీనంలో ఉంచుకుని ఉన్న మెట్లు గోచరమగుతాయి. మనం తెలుసుకోవాల్సింది నిజంగా ఇలాంటి మెట్లున్న పెద్ద పియానో లేక హార్మోనియమో ఒకటి ఉందని కాదు -"ఇంత వైవిధ్యం ఉన్న ప్రకంపనాల శ్రేణులతోనే ఈ సృష్టి మొత్తం నిండి ఉన్నది" అని. మనం శబ్దం అన్నా, రూపం అన్నా, రాగం అన్నా, గంధం అన్నా, అతీంద్రియ శక్తులన్నా ఇంకా ఏ పేర్లు వాడినా "విశ్వం మొత్తం అనంతమైన ప్రకంపనాల ప్రోగు" అని మాత్రమే మనం చక్కగా పరిపూర్ణంగా గ్రహించాల్సి ఉంది. అనంతమైన చైతన్యమే ఈ విశ్వం. ఈ విశ్వంలో మానవుని అనుభూతికి జ్ఞానేంద్రియాలకు అందేది చాలా స్వల్పమైన పరిమాణం మాత్రమే.

శబ్దమూ, కాంతీ దగ్గరి బంధువులు లాంటివి. ఒక రంగు పేరు చెప్పగానే దానికి తగ్గట్టు ఓ శబ్ద వర్ణం వినిపిస్తుంది. వింటానికి ఈ విషయం చాలా ఆశ్చర్యంగా ఉంది కదూ ! సరిగ్గా ఇలాంటి పనిచేయగల ఎలక్ట్రానిక్ ఆర్గాన్స్ ఉన్నాయి. వాటిలో ఉన్న స్కానర్ (కన్ను లాంటి పరికరం) ముందు

fig 5



THE SYMBOLIC KEYBOARD

ఓ రంగు ఉన్న వస్తువుని ఉంచితే ఆ రంగుకు తగిన రాగాన్ని ఈ యంత్రం వినిపిస్తుంది. ఈ విషయం అర్థం చేసుకోవడం కష్టంగా ఉంటే ఇంకా వినండి. మన చుట్టూ ఎన్నో రేడియో శబ్ద తరంగాలు, టెలివిజన్ బొమ్మల ప్రోగ్రాముల తరంగాలు తిరుగుతూనే ఉన్నాయి. మైక్రోవేవ్ తరంగ రూపాల్లో ఎందరో మనుష్యులు టెలిఫోన్లలో మాట్లాడుతున్న మాటలన్నీ మన చుట్టూ తిరుగుతూనే ఉన్నాయి. ఇంట్లోకి వెళ్ళినా, వీధిలోకి వెళ్ళినా ఈ తరంగాలని మనం తప్పించుకోలేం. కానీ ఇవి మనకు కనబడవు, వినబడవు. ఓ ట్రాన్సిస్టరు రేడియోనో, ఓ టెలివిజన్ సెట్టో, ఓ మొబైల్ కార్డ్‌లెస్ ఫోనో ఏదో ఒక ప్రత్యేక పరికరం లేకపోతే ఈ తరంగాలని మనం గ్రహించలేం, అర్థం చేసుకోలేం, ఆనందించలేం. ఈ పరికరాలన్నీ ఈ రేడియో, మైక్రోవేవ్, టెలివిజన్ ప్రసారాల తరంగాల వేగాన్ని తమలో ఉన్న ఎలక్ట్రానిక్ సర్క్యూట్ల ద్వారా గణనీయంగా - అంటే ఆ తరంగాలు మనం గ్రహించగలిగే వేగంలోకి నియంత్రించి పునర్నిర్మాణం చేసే మాటలుగా, పాటలుగా, టెలివిజన్ ప్రోగ్రాంలుగా మనకి అందించగలుగుతున్నాయి. ఈ పరికరాలు పైన ఉన్న ఫ్రీక్వెన్సీలను (ప్రకంపనాల వేగాన్ని) మనకు వినిపించే ఫ్రీక్వెన్సీలోకి మార్చుతాయని మీరు మరో మాటలో చెప్పకోవచ్చు. ఇప్పడు అదే పద్ధతిలో మీరు ఆలోచిస్తే ఒక్కో కాంతి వర్ణాన్నీ ఒక్కో స్వర వర్ణంగా మనం మార్చుకుని వినవచ్చునని అర్థం చేసుకోవచ్చు. లేకపోతే ఒక్కో స్వర వర్ణాన్ని ఒక్కో స్వర వర్ణంగా రూపొందించుకుని వాటిని దర్శించి ఆనందించవచ్చు. తూర్పు దేశాల వారికి ఈ విషయం ఎప్పటినుంచో బాగా తెలుసు. చిత్రలేఖనాన్ని సంగీత పరంగా అర్థం చేసుకుంటే అందులో మజాయే వేరుగా ఉంటుంది. ఉదాహరణకి ఓ తైలవర్ణ చిత్రంలోని రంగులు ఓ సంగీత విద్వాంసుడికి భాసురమై స్ఫూర్తియై పరమానంద భరితుణ్ణి చేసి స్వరకల్పన చేయిస్తాయి.

అంగారక గ్రహాన్ని " ఎర్ర గ్రహం " అంటామని అందరికీ తెలుసు. ఎరుపు రంగు అంగారకుడికి చిహ్నం. అసలు ఎరుపు రంగు ఛాయకు సమీకరణం చెందుతూ సంగీతంలోని "దో" అనే స్వరం ప్రకటించబడుతూ ఉంటుంది.

నారింజ ఎరుపుకు మరో ఛాయ; ఈ వర్ణానికి 'రె' అనే సంగీత వర్ణం సరిగ్గా తులతూగుతుంది. కొన్ని మతాల వాళ్ళు ఈ వర్ణంలో సూర్యుణ్ణి వర్ణిస్తారు. మరి కొందరు నీలి రంగుతో సూర్యుడిని సమీకరించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. మేము మాత్రం నారింజ రంగునే సూర్యుడికి ప్రతీకగా గుర్తిస్తూ ఆరాధిస్తాం.

పసుపు పచ్చ రంగు సంగీతంలోని 'మి'కి సమానం. సూర్యుడి గ్రహాల్లో మొదటిదైన బుధుడికి ఈ రంగు ప్రతీక. ఇలాంటి విషయాన్ని మనం వివిధ మతస్థుల పురాణాలలో చదువుతాం. గ్రీకుల దేవుళ్ళు మంటలు చిమ్మేరథాలు వేసుకుని గగన విహారాలు చేస్తుంటారనని మనం చదివాం. అలాగే ప్రాచ్యులు వారి పురాణాలల్లో ఒక్కో గ్రహాన్ని ఒక్కో రంగుకు అధిపతిగా అభివర్ణించారు.

ఆకుపచ్చ రంగుకు సంగీతంలోని 'ఫా' స్వరానికీ పొత్తు కుదురుతుంది. ఈ రంగు పెరుగుదలకు సంకేతం. చక్కటి శ్రావ్యమైన సంగీతం వినిపిస్తే చెట్లు బాగా ఎదుగుతాయని మనకి అనేక ఋజువులు కూడా కన్పిస్తాయి. ఈ విషయం గురించి మనకు ప్రత్యేకమైన జ్ఞానం లేకపోయినప్పటికీ ఈ విషయం నిజమేనని మాకు ఆ విషయాలను చెబుతున్న వ్యక్తుల మీద అచంచల విశ్వాసం వల్ల అనిపిస్తుంది. శని గ్రహం ఆకుపచ్చ రంగుకు అధిపతి. మన పూర్వీకులు ధ్యానంలో ఈ గ్రహాల వర్ణాలను గ్రహించగలిగారనే విషయం మనకి అత్యంత ఉత్సాహాన్ని ధ్యానం పై కల్పిస్తుంది. ఋషులు భూమి మీద అత్యంత ఎత్తయిన ప్రదేశాల మీద ఈ ధ్యానం చేశారు. ఉదాహరణకి హిమాలయ పర్వతాలలో, సముద్రమట్టం నుంచి సుమారు పదిహేను వేల అడుగుల ఎత్తు నుంచి చూస్తే గ్రహాలన్నీ స్పష్టంగా దర్శన మిస్తాయనే విషయం ఇప్పడు బాగా తెలుసు. వాతావరణం సాంద్రత బాగా తగ్గిపోయి గాలి తక్కువగా ఉండటమే దీనికి కారణం. గ్రహాలు స్పష్టంగా కనిపించడం వల్ల వాటి గురించిన జ్ఞానం కూడా మరింత స్పష్టంగానే ఉండడంలో ఏ మాత్రం ఆశ్చర్యం లేదు. కాబట్టి మన ప్రాచీన యోగులు ఈ మార్గంలోనే గ్రహాలను కాంతి వర్ణాలతో సమీకరించగలిగారు.

నీలి రంగుకు సరిపోయే సంగీతస్వరం "సో" నీలి రంగు సూర్యుడికి చిహ్నమని కొన్ని మతాల వాళ్ళు అనుకుంటారని మనం ఇందాక అనుకున్నాం కదూ! కానీ మనం ప్రస్తుతం చేస్తున్న సాధన అంతా ప్రాచీన హిందూ సాంప్రదాయాన్ని అనుసరించి కాబట్టి నీలి రంగును బృహస్పతికి అనుసంధానం చేస్తాం తప్ప సూర్యుడికి కాదు.

ఇండిగో వర్ణం సంగీతం లోని "లా" స్వరానికి సమానంగా ఉంటుంది. ప్రాచ్యులు ఈ వర్ణాన్ని శుక్రుడికి ఆపాదిస్తారు. శుక్రుడు ప్రసన్నుడైతే మనుష్యులకి చిత్రలేఖనా సామర్థ్యాన్నీ, పవిత్రమైన ఆలోచనా పటిమనూ అనుగ్రహిస్తాడు. మంచి వ్యక్తిత్వాన్ని శుక్రుడు ప్రసాదిస్తాడు. ఇతర హీన ప్రకంపనాలతో కూడిన మనుష్యుల మీద మాత్రమే శుక్రుడు కొన్ని విపరీతాలను కలిగిస్తూంటాడు. వైలెట్ వర్ణం సంగీతంలోని "టీ" స్వరాన్ని సూచిస్తుంది. ఈ వర్ణానికి చంద్రుడు అధిపతి. చంద్రుడి అంశ, అనుగ్రహం సరిగ్గా ఉన్నవాళ్ళు కూడా చక్కటి మనఃశుద్ధిని కలిగి చక్కటి ఆలోచనలను కలిగి ఉంటారు. చంద్రుడి అంశ కాస్త వికటిస్తే మాత్రం ఓ వ్యక్తి మానసిక పరిస్థితి గందరగోళంగా తయారై చివరికి పిచ్చివాళ్ళుగా మారే పరిస్థితి ఎదురవుతుంది.

ఆరాకు వెలుపల ఓ పొర వుంటుంది. ఆరా అనేది మానవ శరీరాన్ని పూర్తిగా ఆవరించి ఉంటే, శరీరం చుట్టూ ఉన్న ఎథిరిక్‌ని, అతడి ఆరాని కూడా మొత్తంగా ఒక ప్లాస్టిక్ సంచిలో పెట్టి బిగించినట్లు ఈ అమరిక ఉంటుంది. ఈ విషయాన్ని మరొక రకంగా మనస్సులో ఊహించుకోండి. మీ దగ్గర ఓ కోడి గ్రుడ్డు ఉందనుకోండి. ఆ కోడి గ్రుడ్డు లోపల ఉన్న పిండం, దాన్ని బేలెన్సు చేస్తున్న బ్యాలెన్సర్లూ మీ శరీరం అనుకోండి. స్థూల శరీరం ఇది. పిండం, చుట్టూ తెల్లసొన వ్యాపించి ఉంటుంది. గ్రుడ్డు నిండా ఈ తెల్ల సొనను ఎథిరిక్, ఆరాలుగా దర్శించండి. ఈ తెల్లసొన చుట్టూ ఓ పలుచటి మెత్తటి పొర ఒకటి గ్రుడ్డులో పైపెంకు క్రింద ఉంటుంది. కోడి గ్రుడ్డును ఉడకబెట్టి పై పెంకును తీసేస్తే ఈ పొరని తోలు వలచినట్లు వలిచి తీసేయవచ్చు. ఈ పొర చాలా బలంగా ఉంటుంది. మానవ శరీరం చుట్టూ ఉన్న అమరిక కూడా అచ్చం ఈ కోడి గ్రుడ్డు లాగానే ఉంటుంది. మానవ శరీరం చుట్టూ

ఉన్న ఎథిరిక్, ఆరాలను రక్షిస్తూ పారదర్శకమైన ఒక సంచి (bag) లాంటి పొర శరీరాన్ని స్థిరంగా ఆవరించి ఉంటుంది. ఆరాలోని తీవ్ర ప్రకంపనాలకు ఈ పైపొర కొంత చలించినా తన ఆకారాన్ని మార్చుకున్నా మళ్ళీ తన కోడిగ్రుడ్డు లాంటి ఆకారాన్ని వెంటనే తిరిగి తెప్పించుకోగలుగుతుంది-నిండా గాలినింపబడి ఉన్న ఓ బెలూన్ తన ఆకారాన్ని ఎలా నిలబెట్టుకొంటుందో అలాగే!! బయటి వాతావరణంలోని గాలి పీడనం కన్నా బెలూన్ లోపలి వాయు పీడనం కాస్త ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల ఈ బెలూన్ ఆకారం సాధారణంగా స్థిరంగానే ఉంటుంది. కోడిగ్రుడ్డు ఆకారంలో ఉన్న ఓ సెల్లోఫేన్ ప్లాస్టిక్ సంచిలో మీ ఆరా, ఎథిరిక్, స్థూల శరీరాలు ప్యాక్ చేయబడినట్టు మీరు ఊహించ గలిగితే, మీరు విషయాన్ని చక్కగా అర్థం చేసుకున్నవారుకాగలుగుతారు (చిత్రం 6).

ఓ వ్యక్తి ఆలోచిస్తూ ఉంటే అతని మనస్సు నుంచి ఆలోచనలు వెలువడి ఎథిరిక్ లోంచి, ఆరా లోంచి దూసుకు వెళ్ళి ఈ పారదర్శకమైన పొర లోపలి భాగానికి తగులుతూ ఉంటాయి. అప్పుడు ఆ పొర పైభాగంలో ఆ ఆలోచనలకు సరిపోయే చిత్రాలు ఏర్పడుతాయి. రేడియో - టెలివిజన్ సిగ్నల్స్ సరిగ్గా ఇలాంటి పనినే చేస్తుంటాయి. ఉదాహరణకి ఓ టెలివిజన్ ట్యూబ్ వెనకాల సన్నగా సీసామూత లాగా సన్నగా వున్న ప్రదేశంలో ఓ ఎలక్ట్రాన్ గన్ ఉంటుంది. ఈ గన్ లోంచి ఎలక్ట్రాన్‌లు విపరీతమైన వేగంతో బయటికి వచ్చి టెలివిజన్ ట్యూబ్ లోపలి ఫ్లోరొసెంట్ స్క్రీన్ మీద తమ కాంతుల్ని ప్రతిఫలింపచేస్తాయి. అటు వైపు నుంచి మనకు టెలివిజన్ స్క్రీన్ మీద బొమ్మలు కనబడుతూ ఉంటాయి. ఎలక్ట్రాన్లు గన్‌లోంచి దూసుకు వచ్చి స్క్రీన్ లోపలి భాగాన్ని తగిలి ప్రక్కకు వెళ్ళిపోయినా ఆ చోట్లో కాంతి తాలూకు జ్ఞాపకం అలాగే మిగిలి ఉంటుంది. స్క్రీన్ మొత్తం మీద అన్ని భాగాల్లోనూ ఈ కాంతి తాలూకు జ్ఞాపకాలు మూకుమ్మడిగా ఓ చిత్ర రూపంతో మనకు వివిధ వర్ణాల్లోనో నలుపు - తెలుపు పద్ధతిలోనో దర్శనమిస్తాయి. టెలివిజన్ స్టూడియోలోని కెమెరాకు కనిపించే దృశ్యం మారిపోతూ ఉంటే మీ టెలివిజన్ స్క్రీన్ మీద బొమ్మలు కూడా అవే సంకేతాలతో కదుల్తూ అవే బొమ్మల్ని మీకు

చూపిస్తాయి. సరిగ్గా ఇలాంటి పద్ధతిలోనే మనస్సు లోంచి వెలువడే ఆలోచనా పరంపరలు మీ చుట్టూ ఉన్న " ఆరిక్ తొడుగు " మీద అనేక చిత్రాలను నిరంతరం చిత్రిస్తూ ఉంటాయి. యోగులు (క్లైయిర్‌వాయాంట్స్) కొంతమందికి ఈ చిత్రాలు సుస్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. దార్శనికులైన ఈ యోగులు వర్తమానంలో కనిపిస్తున్న బొమ్మల్నే కాదు భూత కాలంలోని బొమ్మల్ని కూడా చూడగలిగిన శక్తిని సంపాదించుకుని ఉంటారు. ఇట్లాంటి శక్తులను మనం కూడా సంపాదించుకోవచ్చు.

ఇటువంటి శక్తి ఉన్న జ్ఞానులు ఓ వ్యక్తిని చూస్తూనే, అతడి రెండో, మూడో గత జన్మల గురించి కూడా వెంటనే తెలుసుకోగలరు. వినడానికి అత్యంత విచిత్రంగా ఈ మాట తోచినా ఇది పరమ సత్యం.

పదార్థాన్ని నాశనం చేయలేం. సృష్టిలోని అన్ని పదార్థాలూ ఎల్లప్పుడూ ఉంటాయి. మీరు ఒక శబ్దం చేస్తే ఆ శబ్దం తాలూకు ప్రకంపనాలూ, ఆ ప్రకంపనాలకు ఆధారభూతమైన శక్తీ ఎల్లప్పటికీ ఈ విశ్వంలో వ్యాపిస్తూనే ఉంటాయి. మాట వరసకి - ఒకవేళ మీరు ఉన్న పాటున ఎంతో గొప్ప దూరంలో ఉన్న ఓ కొత్త గ్రహానికి వెళ్ళారనుకోండి. అప్పుడు మీకు కొన్ని వేల సంవత్సరాల క్రితం జరిగిపోయిన సంఘటనలు కన్పిస్తాయి. (అలా చూడటానికి మీ దగ్గర యంత్ర పరికరాలు ఉన్నట్లయితే) కాంతి వేగం చాలా గొప్పదని మీకు తెలుసు. అలాగే, "కాంతి ఎంత దూరం పయనించినా వెలిసి పోదు - తగ్గిపోదు" అని మీకు తెలుసు. కాబట్టి చటుక్కున మీరు కొన్ని కోట్ల కాంతి సంవత్సరాల దూరంలో ఉన్న ప్రదేశానికి చేరుకోగలిగితే మన సూర్య మండలంలో మన భూమి పుడుతూ ఉన్న దృశ్యాన్ని అక్కడ నుంచి ప్రత్యక్షంగా వీక్షించవచ్చు. మనం చర్చించుకుంటున్న విషయం నుంచి దూరంగా వెళ్ళిపోతున్నాం ఈ మాటలతో. మనం తెలుసుకోవలసిన విషయం ఏమిటంటే - "అచేతన స్థితిలో ఉన్న మనస్సు చైతన్యంలో ఉన్న మనస్సు భాగాల అజమాయిషీ లేకుండా ఉన్నప్పుడు ఇప్పుడు మనకు ఉన్న మానసిక చైతన్యంతో అందుకోలేని అనేక వింత విషయాలను ప్రకటించ గలిగి ఉంటుంది" అని భూత వర్తమాన భవిష్యద్దర్శనం చేయగల మహాపురుషులు (Clairvoyants)

ఎదురుగా కనిపిస్తున్న వ్యక్తి తాలూకు విషయాలన్నీ సులభంగా తెలుసుకోగలిగి ఉంటారు. ఈ సాధన బాగా అభివృద్ధి చెందిన సైకోమెట్రీ విద్య అనుకోవచ్చు. ఆ విద్యలో ఇది "దృగ్గోచరమైన మానసిక పరిశీలన (Visual psychometry) " అనే విభాగంలోకి వస్తుంది. మనం ముందు ముందు ఈ మానసిక పరిశీలనా పద్ధతిని గురించి నేర్చుకుంటాం.

ఏ మాత్రం అవగాహన సంపాదించినా లేక బుద్ధి సూక్ష్మత సాధించినా ఆరాను నేరుగా చూడలేక పోయినా కనీసం గుర్తించగలిగే నేర్పును మనం సంపాదించుకోగలుగుతాం. అనేక సందర్భాల్లో మీరు కొందరు వ్యక్తులని చూడగానే ఎంతో ఆకర్షితులు కావడం, లేకపోతే వెంటనే కొందరిని అసహ్యించుకోవడం, లేక కొందర్ని చూస్తేనే "దూరంగా పారిపోతే బాగుండు" నని అనుకోవడం గమనించే ఉంటారు. అజ్ఞాతం గానే ఉన్న ఆరాను గుర్తించగలిగి ఉండటమే మీ ఈ ఆకర్షణ వికర్షణలకు అర్థాన్ని వివరిస్తుంది. మొదట్లో ప్రాచీనకాలంలో అందరికీ అందరి ఆరాలను స్పష్టంగా చూడగలిగే శక్తి ఉండేది. కానీ ఆ శక్తిని అనేక విధాలుగా దుర్వినియోగం చెయ్యడం వల్ల మానవులు ఆ శక్తులను కోల్పోయారు. రాబోయే కొన్ని శతాబ్దాలలో అందరికీ ఈ శక్తులు మళ్ళీ వస్తాయి. అప్పుడు అందరూ టెలిపతీ - క్లైయిర్‌వోయాన్స్ లాంటి విద్యల్ని ప్రదర్శించగలిగి ఉంటారు.

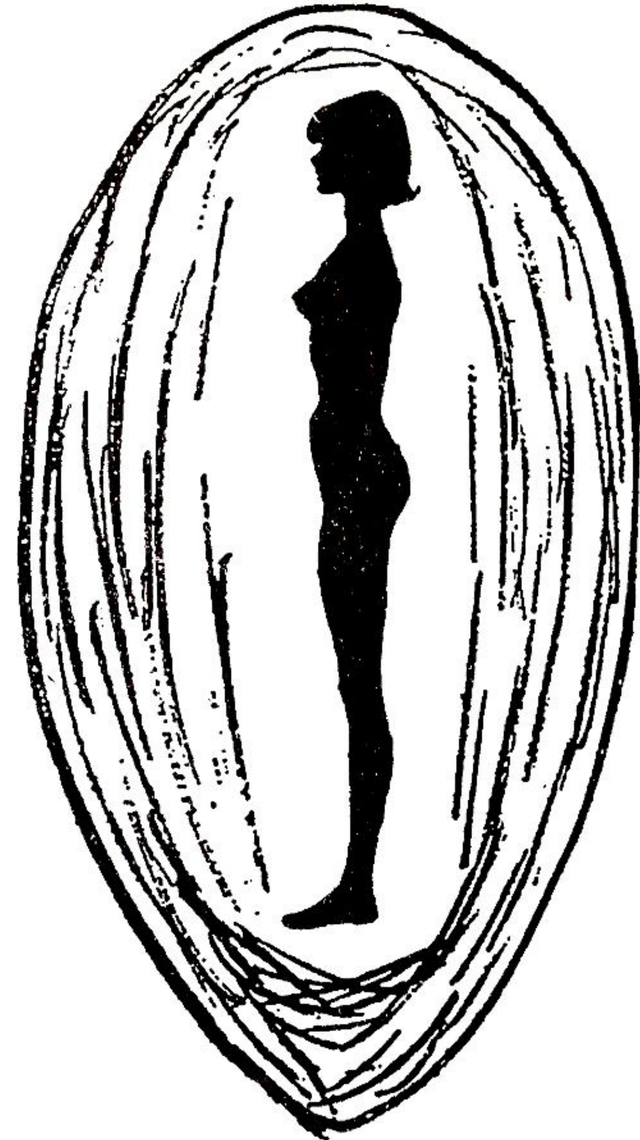
ఇష్టా ద్వేషాల గురించి ఇంకా కొన్ని విషయాలను ముచ్చటించు కుందాం. ప్రతి ఆరాలో అనేక రంగుల మిశ్రమాలు ఉంటాయని తెలుసుకున్నాం యిదివరకే. ఇద్దరి మధ్య ఆకర్షణ ఏర్పడాలంటే ఇద్దరి ఆరాల్లోని రంగులూ కలియాలి. ఇంచు మించు ఒకే వర్ణ సముదాయాలు ఇద్దరిలోనూ ద్యోతకమవ్వాలి. భార్యాభర్తలు కొన్ని విషయాల్లో ఎంతో ఒద్దికగా ఉంటారు. కొన్ని విషయాల్లో ఒకర్తో ఒకరు ఏకీభవించకుండా పోట్లాటలు పెట్టుకుంటూ వుంటారు. ఒకరి ఆరాలోని ఒక నిర్ణీత ఆకారపు తరంగంలోని కొన్ని భాగాలు మాత్రం ఎదుటి ఆరాలో ఉన్న అలాంటి తరంగాలతో అక్కడక్కడా సరిపోతూ ఉండటమే ఇందుకు కారణం. రెండు తరంగాలలోని కొన్ని బిందువులు జతపడితే ఆ ఇద్దరి వ్యక్తుల మధ్యా సామరస్యమూ, పొత్తూ చక్కగా

కుదురుతుంది. కొన్ని జంటలను "భిన్న ధ్రువాలు లాగా ఉన్నారు" అని అనుకుంటూ ఉండటం మనం వింటూ వుంటాం. అనుకూల దాంపత్యం ఉండనివారికి ఈ మాట నిజంగా సరిపోతుంది. భార్యాభర్తలు ఒద్దికగా ఉంటే వాళ్ళ ఆరాల్లోని రంగులు కూడా హృద్యంగా అమరి ఉంటాయనీ, పరస్పరం పోట్లాడుకునే జంట ఆరాల్లో రంగులు భయంకరంగా ఒకదానితో ఒకటి పొంతన లేకుండా ఉంటుందని కూడా మీరు అనుకోవచ్చు.

మనుష్యులు కొన్ని ప్రత్యేక పద్ధతుల్లో నిర్మింపబడి ఉంటారు. ఇంచుమించు ఒకే విధమైన తరంగ ప్రకంపనాల వేగం (ఫ్రీక్వెన్సీ) ఉన్న మనుష్యులు అందరూ ఒక గుంపుగా కలసి తిరుగుతూ వుంటారు. ఓ అమ్మాయిల గుంపు మనం తిరగడం చూసే ఉంటాం. అలాగే వీధి చివర్లో అబ్బాయిలు కొందరు అల్లరి గ్యాంగులాగా ఏర్పడి నుంచొని ఉండటాన్ని కూడా చూసే ఉంటాం. ఈ గుంపులో అందరికీ ఇంచుమించు ఒకే పద్ధతిలోనే ఉన్న ఆరాలు వుంటాయి. అందరి ప్రకంపనాలూ సుమారుగా ఒకే తీరులో ఉంటాయి. అందరు మరొకరిని అనుసరించి మెలగుతూ ఉంటారు. అందరూ ఒక విధమైన అయస్కాంత శక్తితో ఆకర్షింపబడి కలసి ఉంటారు. గుంపులో అందరికన్నా బలంగా ఉన్న వ్యక్తి మిగతా అందరినీ శాసించగలిగి ఉంటాడు. మంచికైనా, చెడుకైనా ఈ గుంపు కలిసే ఉంటుంది. యువకులు క్రమశిక్షణను అలవరచుకుంటే ప్రాథమిక ఆవేశాలను అణచుకుని అందరూ ఒకే సమయంలో అభివృద్ధి చెందే అవకాశం పుష్కలంగా ఉంటుంది.

మనం ఇదివరకే అనుకున్నట్లు ప్రతి మనిషీ కోడి గ్రుడ్డు లాంటి ఆకారంలో ఉన్న "ఆరిక్ తొడుగు" మధ్యలో - నడి మధ్యలో ఉంటాడు. ఇదే ప్రతి మనిషి యొక్క సాధారణ స్థితి. సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో ఉన్న వ్యక్తి ఇలాంటి స్థితిలోనే అంటే తన ఆరాకి సరిగ్గా మధ్యలో ఉంటాడు. ఓ వ్యక్తి మానసిక దుర్బలతతో ఉంటే ఈ వ్యక్తి శరీరం ఆరిక్ తొడుగుకు సరిగ్గా మధ్య భాగంలో ఉండదు. అలాంటి వారిని గురించే 'మనిషి మనిషిలో లేడు' అని చెప్పుకుంటూ ఉంటారు. వీళ్ళు ఆరాలో వాలిపోయి వుండి తమ ఆలోచనలను వక్రమార్గంలో వ్యక్తీకరిస్తూ - ప్రాజెక్ట్ చేస్తూ ఉంటారు. కొంతమంది వ్యక్తుల్లో

Fig 6



AURIC SHEATH

రెండు విభిన్న వ్యక్తిత్వాలు గోచరిస్తూ ఉంటాయి. ఇలాంటివారి ఆరాలు మామూలు మనుష్యుల ఆరాల లాగా కోడిగ్రుడ్డు ఆకారంలో ఉండదు. వాళ్ళ ఆరాల్లో సగభాగం ఒక రంగుతోనూ మిగతా సగభాగం మరొక రంగుతోనూ గోచరిస్తూ ఉంటుంది. ఇలాంటి వ్యక్తుల ఆరా ఒక కోడిగ్రుడ్డులా కాక రెండు కోడి గ్రుడ్లను ఒంకర టింకరగా అంటించినట్లు కూడి ఉంటుంది. మానసిక రోగులకు జరిగే వైద్యవిధానం సున్నితంగా ఉంటుందని అనుకోకూడదు. వాళ్ళకు ఇచ్చే షాక్ ట్రీట్‌మెంట్ చాలా భయంకరంగా అనిపిస్తుంది. ఎంచేతనంటే వాళ్ళకు ఇచ్చే విద్యుత్ఘాతం శక్తి చాలా బలంగా ఉండి వాళ్ళ 'ఆస్ట్రల్ బాడీ' లను (సూక్ష్మశరీరాలను) బలంగా బయటకు విసిరి వేస్తాయి (ఈ సూక్ష్మశరీరాలను గురించి మనం తరువాత తెలుసుకుందాం). ఎలక్ట్రిక్ షాక్ ట్రీట్‌మెంటు (తెలిసి చేస్తున్నా తెలియక చేస్తున్నా) ముఖ్య ఉద్దేశ్యం ఆ రెండు సూక్ష్మ శరీరాలను బలంగా ఝాడించి ఒక్కటిగా చేయటమే. ఈ ట్రీట్‌మెంటు ఆ మానసిక రోగుల మెదళ్ళలో గల సరాలను ఓ పద్ధతిలో కాల్చి వేస్తుంది.

మనం సహజంగా కొన్ని శక్తులతో ఏర్పడి పుడతాం. మన ఆరాల రంగులూ, మన ప్రకంపనాల వేగమూ ఇలాంటివన్నీ కొన్ని హద్దులకు లోబడి ఉంటాయి పుట్టుక నుంచీ. ఈ హద్దులన్నీ గట్టి ప్రయత్నంతో మనం మార్చుకోవచ్చు. మన మంచి కోసం - మన అభివృద్ధి కోసం, కానీ అధోగతి పాలయ్యే విధంగా ఈ మార్పులను సాధించడం చాలా సులభం. మహావేదాంతి అయిన సోక్రటీసు తాను ఓ హంతకుడి మనస్తత్వాన్నీ శక్తులనూ కలిగి ఉన్నానని తెలుసుకోగలిగాడు. కానీ విధి ఆడించినట్లు ఆడటానికి ఆయన అంగీకరించలేదు. ప్రకృతికి ఎదురొడ్డి తన స్వభావంపై యుద్ధం ప్రకటించి తన ప్రవర్తనని ఆయన దిద్దుకున్నాడు. మహాజ్ఞాని అయ్యాడు. ఈయన లాగే మనం కూడా మన ఆరాలను ప్రయత్నంతో బాగు చేసుకోవచ్చు. కావలసిన విధంగా మన జీవితాలని మలచుకోవచ్చు. బురద ఎరుపు రంగు ఆరాతో ఉన్న ఓ కామపిపాసి తన ఎరుపు రంగు ప్రకంపనాల పెంచుకుంటే కామాన్ని జయించగలుగుతాడు. నిర్మాణాత్మకంగా తన జీవితాన్ని దిద్దుకోగలుగుతాడు.

ఓ మనిషి చనిపోగానే ఆరా మాయమైపోతుంది. కానీ అతని ఎథరిక్ తొడుగు మరి కొంత కాలం వరకు కొనసాగుతుంది. చనిపోయిన వ్యక్తి ఆరోగ్యం మీద ఈ 'కొనసాగడం' అనే అంశం ఆధారపడి ఉంటుంది. ఈ మనస్సు లేని ఎథరిక్ శరీరం పిచ్చి పిచ్చిగా తన పూనకాలను ప్రదర్శిస్తూ ఉంటుంది. కొత్తగా చనిపోయిన వారి సమాధుల్లోంచి - రాత్రిపూట ముఖ్యంగా - ఈ పిశాచాలు బయటకు వస్తూండడం చాలా మంది గమనించి వుంటారు. లేత నీలి రంగులో ఈ ఎథరిక్ శరీరాలు కనిపిస్తాయి. కుళ్ళి పోతున్న శరీరాల నుంచి ఈ ఎథరిక్ నెమ్మదిగా బయట పడుతూ ఉంటుంది.

తక్కువ వేగపు ప్రంపనాలు ఆరాలో వికారం కలిగించే మొరటు రంగుల్ని సృజిస్తాయి. ఇది అసహ్యాన్ని పుట్టిస్తాయే తప్ప ఆహ్లాదాన్ని కలిగించలేదు. ప్రకంపనాల వేగం పెరిగే కొద్దీ ఆరాలోని రంగులు ఎక్కువ తేజస్సును సంతరించుకుని మెరుస్తూ ఆ ఆరాను గమనిస్తున్న వాళ్ళకు మంచి ఉత్సాహాన్ని, సంతోషాన్ని కలిగిస్తాయి. నిర్మలమైన రంగులు ఆహ్లాదాన్నీ పాలిపోయి కనిపించే రంగులు వికారాన్నీ పుట్టిస్తాయని మనం అనుకోవచ్చు. ఓ మంచి పని చేసిన వ్యక్తి ఆరా చక్కగా మెరుస్తూ సంతోషాన్ని కలిగిస్తూ ఉంటుంది. అలాగే ఓ చెడు పని చేసిన వ్యక్తి ఆరా కళావిహీనమై, 'నీలి' రంగునో 'నలుపు' రంగునో ప్రతిబింబిస్తూ దుఃఖాన్ని కలిగిస్తూ ఉంటుంది. మనం చేసే సత్కార్యాలు మనల్ని ఆహ్లాదకరమైన 'రోజా' రంగు కళ్ళద్దాల లోంచి ప్రపంచాన్ని చూస్తున్న ఆనందాన్ని కలుగజేస్తాయి.

ఒక వ్యక్తి ఆరాలోని రంగులు ఆ వ్యక్తి పరిధినీ, వ్యక్తిత్వాన్నీ చక్కగా ప్రతిబింబిస్తుందనే విషయాన్ని మనం ఎప్పటికీ మరువకూడదు. ఆరాలో కొన్ని రంగులు అతని మానసిక పరిస్థితి మారితే మారవచ్చు కానీ కొన్ని ప్రాథమిక వర్ణాలు మాత్రం ఎప్పటికీ ఒక్కలాగే ఉంటాయి. మూడ్ మారితే రంగు మారవచ్చు. ప్రాథమిక రంగులు మాత్రం మారవు - ప్రయత్న పూర్వకంగా ఆ వ్యక్తి తన స్వభావాన్ని మార్చుకోగలిగితే తప్ప, వ్యక్తిత్వం మారనంతవరకూ ప్రాథమిక వర్ణాలూ మారవనీ ఇతర రంగులు అతని మూడ్ బట్టి మారుతూ

ఉంటాయనీ మీరు నిశ్చయంగా తెలుసుకోండి. ఓ వ్యక్తికి సంబంధించిన ఆరాలను మీరు చూస్తున్నప్పుడు ఈ క్రింది ప్రశ్నలు వేసుకోండి.

1) కనిపిస్తున్న రంగు ఏమిటి ?
2) రంగు తేటగా ఉందా ? బురద కలయబెట్టినట్లు ఉందా ? ఎంత స్పష్టంగా ఆ రంగులోంచి నేను చూడగలుగుతున్నాను ?
3) కొన్ని చోట్లలో ఈ రంగులు సుళ్ళు తిరుగు తున్నాయా ? లేకపోతే ఒకే ప్రదేశంలో నిశ్చలంగా కనిపిస్తోందా ?
4) ఈ రంగు ఒక స్థిరమైన పట్టీలాగా శరీరాన్ని ఆవరించి ఉందా ? లేకపోతే కొన్ని చోట్ల పైకిలేస్తూ మరికొన్ని చోట్లలో లోయల్లాగా లోపలికి కూరుకుపోతూ కనిపిస్తోందా ?
5) ఓ వ్యక్తిలో కనిపిస్తున్న రంగుల్ని సరిగ్గా అంచనా వేయకుండా ఆ వ్యక్తి గురించి అపోహ పడడం చాలా సులభం. మనమే ఓ బురద రంగుని ఊహించుకుని అలాంటి బురద రంగును అవతలి వారి ఆరాలలో చూడడం చాలా స్వాభావికం. అలాంటి పొరబాటును మనం చేస్తూ ఉండవచ్చు. కాబట్టి జాగ్రత్త వహించండి. మన సరికాని ఆలోచనలే ఎదుట కనిపిస్తున్న ఆరాని తప్పగా అంచనా వేయడానికి అనుకోకుండా దోహదం చేస్తాయి. గుర్తుంచుకోండి - ఎదుటి వ్యక్తి ఆరా రంగుల్ని మనం ముందుగా మన ఆరా రంగుల్లోంచే చూస్తూ ఉంటాం !

మానసిక, సంగీత తరంగాల పద్ధతిలో ఓ విధమైన క్రమం ఉంది. మానవుని అన్ని భాగాల్లోంచి పుట్టే ప్రకంపనాలు తమలోంచి విద్యుత్ సంకేతాలను విరజిమ్ముతూ వుంటాయి. ఓ వ్యక్తి తన మానసిక ప్రకంపనాల వేగానికి తగ్గట్టు ఓ సంగీత వర్ణాన్ని బయటకు వెలువరిస్తూ ఉంటాడు. ఓ తేనెతుట్టె వద్దకు వెళ్ళి నుంచుంటే తేనె టీగలు చేసే శబ్ద నాదాన్ని మనం ఎలా వినవచ్చో అలాగే మన శరీరాల నుంచి వెలువడే సంగీతాన్ని మరో జీవి బహుశా వింటూనే ఉండవచ్చు. టెలిఫోను వైర్లు తమ చుట్టూ ఓ విధమైన శబ్ద తరంగాలని పుట్టిస్తూ ఉంటాయి. అలాంటి శబ్ద విశేషాలనే

మన శరీరం కూడా సృష్టిస్తూ ఉంటుంది నిరంతరం. జనం మెచ్చే సంగీతం ఎలా తయారవుతుందంటే ఆ సంగీతం మానవుని ప్రకంపనాలకు అనుగుణంగా ఉండేలా సృష్టించబడి వుండటం వల్లనే అని గ్రహించండి. శరీర ప్రకంపనాలకు కూడా ఈ సంగీతం అనుగుణ్యంగానే ఉంటుంది. బాగా ప్రాచుర్యం పొందిన కొన్ని రాగాలను అందరూ ఈలతోనో, నోటితోనో అనుకరిస్తూ ఆనందం పొందుతారు.

తమ మనసుల్లో ఓ సంగీత ధోరణి నిరంతరం రేగుతూ ఉంటుందని కొందరు భావిస్తూ ఉంటారు. కొన్ని గొప్ప ట్యూన్లు తమ శక్తి నశించి పోయేంతవరకూ మనస్సు నుంచి వెలువడే ప్రకంపనాలను అనుసరించి మెలగుతూ మనస్సును ఉత్తేజపరచ గలిగి వుంటాయి. శాస్త్రీయ సంగీతం ఇలాంటి శక్తిని చాలా ఎక్కువగా కలిగి ఉంటుంది. మన శ్రవణేంద్రియాలు శాస్త్రీయ సంగీతానికి అనుగుణంగా తాదాత్మ్యం చెంది ప్రకంపనలను వెలువరిస్తూ ఉంటాయి. ఓ దేశ నాయకులు ప్రజలందరినీ ఉత్తేజం చేసేందుకు వాడే ఏకైక సాధనం జాతీయ గీత రచనా వ్యాసంగాన్ని చేపట్టడం. వినే వాళ్ళని జాతీయ గీతాలు బాగా ఉత్తేజపరుస్తాయి. భావోద్రేకం కలిగించి మనుష్యులని లేపి నిలబెట్టు గలుగుతాయి. దేశం గురించి ఆలోచనలు రేకెత్తించి ప్రశాంతంగా ఉండడమో లేకపోతే శత్రుదేశాల గురించి ఆలోచించి రౌద్రాన్నీ ఆవేశాన్నీ తెచ్చుకోవడమో ఈ సంగీతం ప్రేరేపిస్తుంది. క్రమ పద్ధతిలో సాగే ఈ సంగీతం వినేవారిలో కొన్ని అనుభూతుల్ని రేపి ఉద్వేగ్నతను పెంపొందిస్తుంది. ప్రతి వ్యక్తినీ ఉద్రేక పరచగల సంగీతాల సృష్టి సుసాధ్యం.

తమ ఆలోచనా సరళిని అనుసరించి ఉండే సంగీతాన్ని మానవుడు ఆస్వాదిస్తూంటాడు. ఓ విషయాన్ని గురించి లోతుగా ఆలోచించగల వ్యక్తి మెదడు వెలువరించే తరంగాలు ఎత్తయిన ఎత్తులనీ లోతయిన లోతులనీ కలిగి ఉంటాయి. ఇలాంటి తరంగాల పద్ధతినే కలిగి ఉన్న సంగీతం ఇటువంటి జ్ఞానులకి నచ్చుతాయి. ఆలోచనలలో ఏ మాత్రం పసలేని అధముడికి నచ్చే సంగీత లక్షణాలు కూడా అర్థం పర్థం లేకుండా ఉంటుంది. వింత వింత చప్పళ్ళూ, గోల తప్ప మరేదీ ఇటువంటి వారికి ఆనందాన్ని కలిగించలేవు.

గొప్ప వాగ్గేయకారులు, సంగీత కళానిధులూ తమకు తెలిసో తెలియకుండానో తమ సూక్ష్మశరీరాలతో విహారాలను (astral travelling) చెయ్యగలిగి ఉంటారు. మృత్యువుకు అతీతమైన చోట్లను వీరు దర్శించి తిరిగి రాగలిగిన శక్తిని పొంది ఉంటారు. అటువంటి వారికి 'విశ్వసంగీతం' వినిపిస్తూంటుంది. తమ కళలో నిష్ణాతులు కాబట్టి ఈ సంగీతం వాళ్ళకి బాగా నచ్చుతుంది. వాళ్ళ మనస్సుల మీద గాఢమైన ముద్రను ఈ సంగీతం వేసి తీరుతుంది. భూమికి తిరిగి వచ్చిన వెంటనే ఈ సంగీత శాస్త్రజ్ఞులు కొత్త రాగాల్ని సృష్టించే మూడ్‌లోకి వస్తూ ఉంటారు. ఓ సంగీత వాయిద్యాన్ని వెంటనే అందుకోవడమో ఓ కాగితం మీదకి ఆ సంగీతాన్ని రికార్డు చేసే ప్రయత్నమో చేసేందుకు ఉద్యుక్తులవుతారు. సూక్ష్మ శరీరాల్తో తాము విన్న విశ్వసంగీతం సంగతిని అంతగా గుర్తుంచుకోలేని కొందరు తామే ఆ సంగీతాన్ని సృష్టించామని అనుకుంటూ ఉంటారు.

టెలివిజన్ స్క్రీన్ మీద ఓ మహోన్నతమైన ప్రకటనను మన చైతన్యంతో గమనించలేనంత వేగంతో చూపించే ఓ పాపిష్టి పద్ధతి మన అచేతనత్వ మానసంపై పనిచేస్తుంది. అత్యంతవేగంతో వస్తున్న ఈ చిత్రమాలికలు మన చేతనత్వపు మనస్సు మీద ఏ ప్రభావాన్నీ చూపించలేకపోయినా మన అచేతన మానసాన్ని ఒక్క ఉదుటున లాగి వీటిని గురించి ఆలోచించేలా చేస్తాయి. చివరకు మన అచేతన మనస్సు మన చేతనత్వపు మనస్సు కన్నా తొమ్మిది రెట్లు బలమైనది అన్న విషయం మరచిపోకండి - మన చేతనత్వపు మనస్సులోకి ఓ ఆజ్ఞను పంపుతుంది. అప్పుడు మనం లేచి వెళ్ళి ఓ స్టోర్లో ఓ వస్తువులు - మనం ఏనాడూ కోరుకోని వస్తువు అయినాసరే - కొనుక్కుని ఇంటికి తెచ్చుకుంటాం. అధర్మానికి జంకని కొందరు వ్యక్తులు - బహూశా కొందరు దేశనాయకులు ప్రజలకు మేలు జరగాలనే ఆలోచన తమ హృదయాల్లో ఏ మూలా ఉండకపోవడం వల్ల ఇట్లాంటి పద్ధతులను ఉపయోగించి దేశ ప్రజల మనస్సుల్లో తాము కోరుకున్న వికారాలను సృష్టించ గలుగుతారు.

ఏడవ పాఠం

ఆరా వర్ణాలు-III

ఈ పాఠం చాలా చిన్నదిగా ఉంటుంది. కానీ ఎంతో ముఖ్యమైన పాఠం ఇది. మరింత జాగ్రత్తగా దీన్ని చదవండి.

ఆరాలను చూడాలని ప్రయత్నించే వాళ్ళలో చాలా మందికి ఓర్పు అస్సలు ఉండదు. " చదువుతున్న పుస్తకం నుంచి దృష్టి మళ్ళించి కళ్ళెత్తి ఎదుటనుంచున్న వ్యక్తిని చూడగానే తమ కళ్ళ ముందు ఆరాలు తమ రంగులని పూర్తిగా విచ్చుకుని కనిపించేయాలి" అని వాళ్ళు అనుకుంటూ ఉంటారు. చిత్త శుద్ధితో ప్రయత్నిస్తే చాలా మందికి ఈ ఆరాలు తప్పకుండా కనిపించి తీరుతాయి. హిప్నాటిజం ఎక్కువ మంది మీద పనిచేస్తుందని మనం వినే ఉంటాం. అదేవిధంగా గట్టి పట్టుదలతో వదలి పెట్టకుండా సాధన చేస్తే ఎంతో మందికి ఆరాలు కనిపించి తీరుతాయి.

ఓ ఆరాను సంపూర్ణంగా చూడగలగాలి అంటే మనం చూస్తున్న వ్యక్తి పూర్తిగా నగ్నంగా ఉండాల్సి ఉందని మనం నిశ్చయంగా చెప్పకోవాల్సి ఉంటుంది. ఓ వ్యక్తి ధరించే దుస్తులు ఆ వ్యక్తి ఆరాని కొంతవరకు దాచేయగలిగి ఉంటాయి. ఉదాహరణకి ఓ వ్యక్తి ఇలా అంటాడని అనుకుందాం. " నేను ఇప్పుడే లాండ్రీ నుంచి పట్టుకొచ్చిన శుభ్రమైన వస్త్రాలు వేసుకుంటాను. అప్పుడు నా ఆరా శుభ్రంగా కనిపిస్తుందేమో కదా " అని ఊహు! అలా జరగదు. ఆ లాండ్రీలో పనిచేస్తున్న వాళ్ళ ధ్యాస ఎప్పుడూ తాము చేస్తున్న పని మీదే నిలకడగా ఉండదు. ఏవేవో విషయాల గురించి

ఆలోచిస్తూ యాంత్రికంగా దుస్తుల్ని మడతలు పెట్టి దొంతరలు పెట్టుకుంటున్న అలాంటి వ్యక్తులు తమ స్వాధీనంలో తాము ఉండరు. వాళ్ల ఆలోచనలు వాళ్ళు ఇస్త్రీ చేస్తున్న బట్టల మీదకు పాకుతాయి. ఆ డ్రెస్సులను తొడుక్కున్న మనకు కూడా ఆ ఆలోచనలే ముసురుకుని మనలను చికాకు పరుస్తాయి. ఈ మాటలను నమ్మడం నీకు కష్టంగా అనిపిస్తుందా? ఇంకో పద్ధతిలో ఆలోచిద్దాం. మీ దగ్గర ఉన్న అయస్కాంతంతో ఓ స్టీలు కత్తి మీద యథాలాపంగా పై నుంచి క్రిందకు కొన్నిసార్లు రాయండి.

ఆ కత్తికి కూడా ఈ అయస్కాంత శక్తి అంటుకుంటుంది. అలాంటిదే ఈ దుస్తుల విషయం కూడా ! మనుష్యులు కూడా ఇలాగే మరొకరి ఆలోచనలను అందుకుని తమ దృక్పథాన్ని మార్చేసుకుంటూ ఉంటారు. ఒక స్త్రీ ఓ సినిమాకో, డ్రామాకో వెళ్ళి పరిచయం లేని వ్యక్తి ప్రక్కన కూర్చుని షో అయిపోయాక ఇంటికి తిరిగొచ్చి ఆ మనిషి ప్రక్కన కూర్చుంటే పరమ చెత్తగా అనిపిస్తోంది - ఒళ్లంతా, స్నానం చేయక తప్పదు అనుకుంటుంది.

ఓ ఆరాని పరిపూర్ణంగా స్పష్టమైన రంగుల్తో మీరు చూడాలనుకుంటే మీరు నగ్నంగా ఉన్న వ్యక్తి వైపే చూడాల్సి ఉంటుంది. ఓ పురుషుడి ఆరా వర్ణాల కన్నా ఓ స్త్రీ ఆరాలోని రంగులే స్పష్టంగా మెరుస్తూ కన్పిస్తాయి. ఇంత స్పష్టంగా ఈ మాటను చెప్పాల్సినందుకు మాకు బాధగానే ఉంది కానీ చెప్పక తప్పదు. స్త్రీల ఆరాలే ముదురు రంగుల్లో పురుషుడి ఆరాల కన్నా అందంగా స్పష్టంగా కన్పిస్తూ ఉంటాయి. తన ఆరాని బట్టలు ఊడదీసి చూపించేందుకు ఒప్పుకునే స్త్రీ మీకు దొరకడం కొంత కష్టమైన పని కాబట్టి సులభంగా దొరికే మీ శరీరాన్నే ఉపయోగించుకునే ప్రయత్నం చెయ్యొచ్చు కదా !

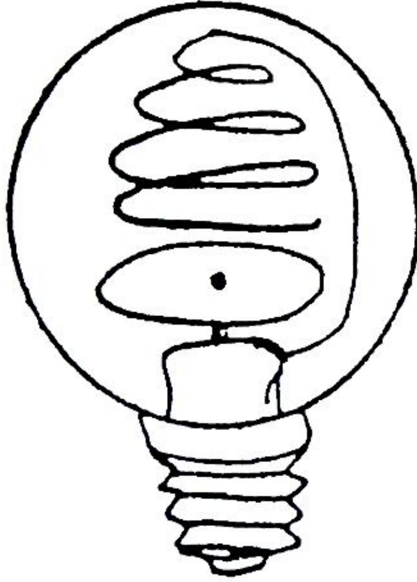
మీరు ఒంటరిగా ఉండాలి. ఏకాంత ప్రదేశంలో - ఉదాహరణకి ఓ బాత్‌రూంలో నిలబడండి. బాత్‌రూంలో వెలుతురు ఎక్కువగా ఉండకూడదు. దీపం నుంచి వచ్చే కాంతి ఎక్కువగా ఉంటే ఓ టవల్‌ని దీపానికి అడ్డుగా అమర్చండి. అందువల్ల బాత్‌రూంలోని కాంతి తగ్గిపోయి సరైన మసక వెలుతురుతో గది తయారవుతుంది. జాగ్రత్త ! టవలు విద్యుత్తు దీపానికి తగిలి పొరపాటుగా అంటుకుని తగులబడిపోయే అవకాశం ఉంది.

ఇంటిని తగులబెట్టే పద్ధతి కాదు మీరు చేస్తున్నది. వెలుతుర్ని తగ్గించే పనిని విద్యుత్‌ను ఏ మాత్రం ఖర్చు చేయని అంటే ఎలక్ట్రిక్ మీటరు తిరగదన్న మాట - "ఓస్ గ్లిమ్ " నియాన్ బల్బుని మీరు సంపాయించ గలిగితే మరీ మంచిది. ఇలాంటి బల్బు పారదర్శకంగా ఉంటుంది. బల్బ్ మొదట్లో ఉన్న గాజు కడ్డీ నుంచి ఓ చిన్న వృత్తాకారపు లోహపు పలక ఉంటుంది. మొదట్లోని గాజు కడ్డీ నుంచి ఓ తీగ బయటకు వచ్చి బల్బ్ పై భాగం వరకు వచ్చి మళ్లీ క్రింద తీగ చుట్టలాగా చుట్టుకుని వ్రేళ్లాడుతూ ఉంటుంది. మధ్య ఉన్న ప్లేటుకు తగలకుండా. ఈ బల్బ్‌ని సాకెట్లో బిగించి స్విచ్ వేస్తే ఈ బల్బ్ నెమ్మదిగా ఎరుపు రంగుతో మిణుకు మిణుకు మంటూ వెలుగుతూ కన్పిస్తుంది. మీరు గుర్తు పట్టేందుకు వీలుగా అలాంటి బల్బ్ బొమ్మను ఇక్కడ చూస్తున్నాం. (చిత్రం 7) ఒక విషయం - ' ఓస్ గ్లిమ్ ' అనే పేరు ఓ కంపెనీది మాత్రమే. ఇతర దేశాల్లో అనేక ఇతర పేర్లతో ఈ బల్బు తయారు కావచ్చు.

' ఓస్ గ్లిమ్ ' బల్బ్‌ని వెలిగించి బట్టల నన్నింటిని పూర్తిగా విప్పేసి నిలువెత్తు అద్దం ముందు నుంచోండి. వెలుతురు తక్కువగా ఉండాలి, బల్బ్ వెలిగించకుండా ఉన్నప్పటికీ మీ వెనుకవైపు ఉన్న గోడమీదకి ఓ నల్లరంగు వస్త్రాన్నిగానీ, ఊదా రంగు వస్త్రాన్ని గానీ వ్రేలాడ దీయండి. నల్లరంగు గుడ్డ అయితే మరీ మంచిది. కనిపించబోయే ఆరా రంగులని స్పష్టంగా చూడటానికి ఈ రంగు కొంత తోడ్పడుతుంది. దేన్ని చూడటానికీ ప్రయత్నించకుండా పూర్తిగా రిలాక్సయిపోండి.

కొన్ని క్షణాల విశ్రాంతి తరువాత అద్దంలో కన్పిస్తున్న మీ రూపం వైపు తాపీగా చూడండి. మీ తలలో కణతల దగ్గర లేత నీలిరంగు చార ఏదయినా మీకు కన్పిస్తోందా ? మీ దేహాన్ని పూర్తిగా గమనించండి - చేతులు - పిరుదులు ఇలా ఒక్కొక్క భాగాన్ని మండే ఆల్కహాలు మంట లాంటి ఈ నీలి రంగు ఆ భాగాల దగ్గర కనిపిస్తోందా? బహూశా ఇలాంటి దీపాన్ని - మిథైలేటెడ్ స్పిరిట్ తోనో - ఆల్కహాలు తోనో - పని చేసేదాన్ని మీరు చూసే ఉంటారు. ఈ దీపం మంట లేత నీలి రంగుతో ఉండి పై భాగంలో పసుపు పచ్చ మెరుపుని కలిగి ఉంటుంది. ఎథరిక్ మంట రంగు కూడా ఇలాగే ఉంటుంది. ఈ రంగుని మీరు చూడగలిగారంటే మీరు అభివృద్ధిని సాధించినట్లే లెక్క !

Fig 7



"OSGLIM" TYPE OF NEON GLOW LAMP

మొదటి - రెండో - మూడో ప్రయత్నంలో కూడా మీకు ఈ నీలి మంట వెలుతురు కనిపించకపోతే నిరాశ పడకండి. ఓర్పు తెచ్చుకుని సాధనని కొనసాగించండి. కష్టమైన రాగాన్ని సాధించడానికి ఓ సంగీతకారుడు విసుగు లేకుండా ప్రయత్నిస్తూ ఉంటాడనే విషయాన్ని మరచిపోకండి. అలాంటి పట్టుదలనే మీరూ వహించాలి. ఈ ఎథిరిక్‌ను మీరు చూడగలిగే సమయం తప్పక వచ్చి తీరుతుంది. ఇంకా సాధన చేస్తే ఆరాని కూడా పూర్తిగా చూడగలిగే శక్తిని మీరు సిద్ధించుకో గలుగుతారు. మళ్ళీ మళ్ళీ మేము ఏమి చెప్పాల్సి వస్తోందంటే నగ్న శరీరాల చుట్టూ కనిపించే ఆరాలే స్పష్టంగా ఉంటాయని.

" ఓ దేహాన్ని నగ్నంగా చూడడం తప్పు " అని అభిప్రాయపడకండి. " దేవుడి రూపం తోనే మనుష్యులు కూడా నిర్మింపబడ్డారు " అని పెద్దలు చెప్తుంటారు. ఓ దేవుడి రూపాన్ని నగ్నంగా చూస్తే తప్పు ఏమిటి? మనస్సు నిర్మలంగా ఉంటే అన్ని చోట్లా నిర్మలత్వమే మీకు గోచరిస్తుంది. ఓ పవిత్రమైన ఆశయం తోనే మీరు మీ నగ్న శరీరాన్ని గానీ, ఇంకొకరి దేహాన్ని గానీ చూస్తున్నారు. మీ మనస్సులో వికారం గనక ఉన్నట్టయితే మీకు కనిపించేది ఆరాలు కాదు - మీరు దేన్ని చూడాలని వెంపర్లాడుతున్నారో అదే మీకు కన్పిస్తుంది !

మీ వైపు చూడటం కొనసాగించండి. ఆరాని చూడడానికి ప్రయత్నిస్తూనే ఉండండి. కొంతకాలానికి ఈ విద్య సిద్ధిస్తుంది. మీ ప్రయత్నం ఫలిస్తుంది.

కొంతమందికి ఆరా కోసం చూస్తుంటే అది కనిపించదు కానీ అరి చేతిలోనో అరి కాలిలోనో, ఒంటి మీద మరోచోటులోనో దురద పట్టుకున్నట్లు ఉంటుంది. విచిత్రంగా జరిగే ఈ దురద సెన్సేషన్‌ను (భావనను) సులభంగా గుర్తు పట్టవచ్చు. ఇలాంటి అనుభవం మీకు కలిగితే మీరు సరైన దారిలోనే ఉన్నారని గ్రహించండి. అయితే, మీరు మీ ప్రయత్నాన్ని మరీ టెన్షన్‌తో చేస్తున్నారని మాత్రం గ్రహించండి. బాగా రిలాక్స్ అయ్యేందుకు ప్రయత్నిస్తే ఈ దురదలు తగ్గిపోతాయి. నరాలు కొట్టుకోవడం ఆగిపోతాయి. త్వరలోనే మీకు ఎథిరిక్‌లు గానీ ఆరాలు గానీ లేకపోతే ఆ రెండూ కానీ కనిపించి తీరుతాయి.

మీ ఆరాలోని శక్తి మీ అరచేతిలో (లేక ఇంకోచోట్లో) బలంగా కేంద్రీకరింప బడితే ఆ చోట్లోనే ఇలాంటి దురదలు వస్తాయని గ్రహించండి. కొంతమందికి భయపడితే వాళ్ళ అరచేతిల్లోనో - కాళ్లల్లోనో ముచ్చెమటలు పోస్తాయి. ఇది కూడా అలాంటిదే. చెమటకు బదులు ఇక్కడ దురదలు వస్తాయి. ఇది "శుభసూచకమే" నని మేము మళ్ళీ గుర్తు చేస్తున్నాం. మీరు ఉగ్గబట్టుకుని ప్రయత్నం చేస్తున్నారని కూడా మళ్ళీ వెంటనే గుర్తు చేస్తున్నాం. ఏ వొత్తిడులూ లేకుండా ప్రశాంతంగా ప్రయత్నం చేస్తే మీ కళ్ళకు ఆశ్చర్యచకితంగా ఈ ఆరాలు గోచరించి తీరుతాయి.

ఓ విషయం గుర్తుంచుకోండి. అద్దంలో కనిపించే ఆరాలు అంత స్పష్టంగా ఉండవు - ఎంచేతనంటే రంగుల్ని అది కొంతవరకూ వక్రీభవిస్తుంది కనుక. వక్రీభవనం చెందిన ఆ రంగులు కూడా రెండోసారి మీ ఆరాను చీల్చుకుంటూ మీ కంట్లోకి వెళ్ళాలి గనుక. ఈ రంగులు కాస్త మసక బారినట్లు, అస్పష్టంగా ఉన్నట్టు, మురికిగా ఉన్నట్టు కనిపించడంలో ఆశ్చర్యమే లేదు. ఓ చేప నీళ్ళ లోంచి బయట ఉన్న ఓ పువ్వుని చూస్తుందని అనుకోండి. అలల చాంచల్యం వల్లా, నీళ్ళు శుభ్రంగా లేకపోవడం వల్లా ఆ చేపకు ఆ పూవు రంగు మనకు కనిపించినంత స్పష్టంగా కనిపించకపోవచ్చు. అదేవిధంగా మీరు కూడా మీ ఆరా లోంచి అద్దం వైపూ, అద్దం నుంచి వక్రీభవనం చెందిన ఆరాని మళ్ళీ మీ ఆరాలోంచి చూస్తున్నప్పుడు కొంత స్పష్టత లోపించి తీరుతుంది. అందువల్ల అద్దంలోని మీ శరీరాన్ని కాకుండా, వీలైనప్పడల్లా నిజమైన మనుష్యుల వైపే చూస్తుండండి.

మీ సాధనకు తోడ్పడే వ్యక్తి పూర్తిగా మీతో సహకరించగలిగి ఉండాలి. సాధారణంగా ఎవరినైనా నగ్నంగా ఉన్నప్పడు చూస్తే వాళ్ళకి ఎంతో సిగ్గు, బిడియమూ, ఆందోళనా కలుగుతాయి. అలాంటి వాళ్ళ ఎథిరిక్‌లు బాగా కుంచించుకుపోయి శరీరాలకి చాలా దగ్గరగా వచ్చేస్తాయి. అందువల్ల ఆ ఆరాలోని రంగులు కూడా తగ్గిపోయి స్పష్టత లోపిస్తుంది. ఒక వ్యక్తి ఆరాని గుర్తించి అతడిని గురించిన నిజాలను తెలుసుకోవడానికి చాలా సాధన అవసరం. ఆరా రంగుల్ని మనం సరిగ్గా గుర్తించగలిగి ఉండాలి. కాబట్టి నిజం రంగులో, అబద్ధపు రంగులో ఏవో ఒక రంగులను మనం ముందు సాధనతో చూడగలిగితే చాలు.

మన ఎదుటి వ్యక్తిలోని ఆందోళనను తగ్గించడానికి లేక తొలగించడానికి ఏమైనా కొన్ని విషయాల గురించి మాట్లాడ్డం ఉత్తమమైన పద్ధతి. ఏ విషయమైనా సరే. ఏకాంతంలో ఏ ఉపద్రవమూ జరగదని ఎదుటి వ్యక్తికి నమ్మకం కలిగించగలిగితే చాలు. వాళ్ళ ఆరాలు, ఎథిరిక్ మళ్ళీ సహజ స్థితికి వ్యాకోచించి సర్దుకుని నిలబడతాయి.

ఈ పరిస్థితి కూడా హిప్నాటిజం లాగానే ఉంటుంది చూడడానికి, ఏ హిప్నాటిస్టు కూడా ఓ మనిషిని దగ్గరకు లాక్కుని చటుక్కున, ఉన్న ఫళాన్న హిప్నాటైజ్ చెయ్యలేడు. మామూలుగా కొన్ని సార్లు ఇద్దరూ కలసి కూర్చోవాల్సి రావచ్చు. హిప్నాటిస్టు ఎదుటి వ్యక్తితో మాటలకి దిగి ఓ చిన్న సంబంధాన్ని ఏర్పరచుకో గలుగుతాడు. ఇద్దరికి సాభిప్రాయం ఏర్పడుతుంది. ఒక్కోసారి హిప్నాటిస్టు ఎదుటి వ్యక్తి హిప్నాటిజానికి లోనవుతాడో లేడో గమనించేందుకు చిన్న చిన్న ట్రిక్కులని కొన్నింటిని చేస్తాడు కూడా. చివరికి రెండు మూడు ప్రయత్నాల తరువాత ఆ వ్యక్తిని హిప్నాటిస్టు గాఢ నిద్రలోకి పంపగలుగుతాడు. ఇదే పద్ధతిలో మీరు కూడా మొదటిసారి మీ ఎదుట నగ్నంగా నిలబడి ఉన్న వ్యక్తితో మామూలుగా ఉండండి. ఆ వ్యక్తి దుస్తులు ధరించి ఉన్నట్టే భావించండి. యథాలాపంగా ఆ శరీరం వంక చూడండి తప్ప గుడ్లప్పగించి కాదు. రెండోసారి మళ్ళీ మీ ప్రయత్నం జరుగుతున్నప్పడు ఆ వ్యక్తి మరింత రిలాక్స్‌డ్‌గా ఉండగలిగే పరిస్థితి నెలకొంటుంది. మూడోసారి ముచ్చటగా మీరు ఎదుటివారి శరీరాన్ని చూస్తున్నప్పడు సత్ఫలితాలే కలుగవచ్చు. శరీరం చుట్టూ అక్కడక్కడా నీలిరంగు ఛాయలు కన్పిస్తున్నాయా? పసుపు పచ్చ "హేలో" శరీరం చుట్టూ సుళ్ళు తిరిగే రంగుల వలయాలు మీకు కన్పిస్తున్నాయా? పసుపు పచ్చ "హేలో" శరీరం చుట్టూ కన్పిస్తోందా? తల మధ్యలోంచి విచ్చుకుంటున్న తామర పువ్వులాంటి రంగులు గానీ - లేక పాశ్చాత్యుల పద్ధతిలో చెప్పాలంటే తల మీద నుంచి చిమ్ముకొస్తున్న ఓ చిచ్చుబుడ్డీ రంగుల్ని మీరు చూడగలుగుతున్నారా?

ఈ చిన్న పాఠం పూర్తయింది. ముఖ్యమైన పాఠం ఇది. మా విన్నపం ఏమిటంటే ముందుగా మీరు స్వస్థులయ్యే దాక పూర్తి విశ్రాంతి **తీసుకోండి.**

మీ మనస్సులో ఏ విధమైన ఆందోళనా లేకుండా ఉండండి. మీకు ఆకలిగా గానీ, బాగా తిన్న తరువాత వచ్చే కడుపు నొప్పి గానీ ఉండకూడదు. ఇప్పుడు మీరు మీ బాత్‌రూంలోకి వెళ్ళండి. కావాలంటే శుభ్రంగా స్నానం చెయ్యండి - మీ దుస్తుల నుంచి మీ ఆరాలకు ఏవయినా మలినాలు అంటుకుని ఉండొచ్చని అనిపిస్తే - తరువాత అద్దం ముందు నుంచుని మీ ఆరానే చూసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యండి.

" సాధనమున సమకూరు పనులు ధరలోన."

ఎనిమిదవ పాఠం

పూర్ణాత్మ - సూక్ష్మశరీరం

ఇంతకుముందు పాఠాల్లో ఆరాలో ఎథిరిక్ లోపల మధ్యలో మన శరీరం నిలబడి ఉంటుందని తెలుసుకున్నాం. శరీరాన్ని వదిలి ముందుగా దాని చుట్టూ కమ్ముకుని ఉన్న ఎథిరిక్‌నూ, అక్కడ నుంచి ఇంకా బయటికి వచ్చి ఎథిరిక్‌ను ఆవరించి ఉన్న ఆరానీ, అందులోని రంగుల్నీ కాంతివలయాల్నీ గురించిన జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకున్నాం. చివరగా ఆరా చుట్టూ ఉన్న పారదర్శకం అయిన తొడుగు లేక రక్షణ కవచాన్ని గురించి తెలుసుకున్నాం. ఈ విషయాలన్నీ ఎంతో ముఖ్యమైనవి. మీరు వెనక్కి వెళ్ళి పాతపాఠాన్ని మళ్ళీ ఇంకోసారి అధ్యయనం చెయ్యడం మంచిదని మా సలహా. ఎంచేతనంటే, ఈ పాఠం లోనూ తొమ్మిదో పాఠం లోనూ ఈ శరీరాన్ని మనం వదిలిపెట్టి బయటకు వెళ్ళగలిగేందుకు అవసరమైన సామర్థ్యాన్ని అందించే విషయాలను గురించి చర్చించుకోబోతున్నాం. ఎథిరిక్ గురించి మీకు పూర్తి అవగాహన లేకపోతే మీరు తరువాత కొన్ని ఇబ్బందుల్ని ఎదుర్కోవలసి రావచ్చు.

మానవ శరీరం మొత్తం 'ప్రోటోప్లాజం' ద్రవ్యరాశితో నిండి ఉందని మనం ఇదివరకే తెలుసుకుని ఉన్నాం. ఈ శరీరం అనేక అణువులు పొందికగా కొంత ప్రదేశాన్ని ఆక్రమించుకుని ఉండటం వల్ల ఏర్పడుతోంది - అనేక నక్షత్రాలూ, గ్రహాలూ అనంతంలో కొంత స్థలాన్ని ఆక్రమించుకుని "విశ్వం" అనే పేరుతో ఎలా ఏర్పడి ఉందో - అలాగ. ఇప్పుడు మనం మన అంతర్భాగంలోకి - దూసుకుని వెళ్ళి పోబోతున్నాం. ఎందువల్లనంటే ఈ శరీరం

మాంసంతో నిర్మించబడ్డ ఓ ప్రయాణ సాధనం మాత్రమే. భౌతిక శరీరం "ప్రపంచం" అనే నాటక రంగం మీద పాత్రధారియైన వ్యక్తి తనవంతు నటనను ప్రదర్శించడానికి ధరించే ఓ తొడుగు మాత్రమే.

ఒక ప్రదేశాన్ని పూర్తిగా ఆక్రమించుకుని రెండు వస్తువులు ఉండలేవని చెప్పబడింది. ఇటుక రాళ్ళ గురించీ, కర్ర ముక్కల గురించీ, లోహపు ముక్కల గురించీ మనం ఆలోచిస్తూ ఉన్నంత వరకూ ఈ మాట నిజమే, కానీ రెండు వేర్వేరు వస్తువులు విభిన్న ప్రకంపనాలను పొంది ఉన్నా, లేక వాటి అణువులూ, న్యూట్రాన్లూ, ప్రొటాన్ల మధ్య దూరాలు తగినంత ఎడంగా ఉండే పరిస్థితుల్లో ఆ ఖాళీ జాగాల్లోనే సర్దుకు ఉండగలిగిన వస్తువులు సర్దుకుని ఉండగలవు. ఈ విషయాన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి కష్టంగా అనిపించవచ్చు. అంచేత ఈ మాటనే మరో పద్ధతిలో చెప్పకుందాం. రెండు ఉదాహరణలని కూడా మనం గమనిద్దాం. మొదటి ఉదాహరణని, ఇదిగో గమనించండి :-

ఓ రెండు గ్లాసుల్ని - గ్లాసు అంచుల వరకూ - పూర్తిగా నీటితో నింపండి. తరువాత ఓ గ్లాసులోకి ఓ టీ స్పూనుతో ఇసుకని నెమ్మదిగా వదలండి. వెంటనే కొన్ని నీళ్ళు పొర్లిపోయి గ్లాసునుంచి కారిపోతాయి. ఈ ఉదాహరణలో నీరూ, ఇసుకా కలసి ఓ గ్లాసులోపలి ప్రదేశంలో సర్దుకుని ఉండలేవని మనకు అర్థమ మౌతుంది. నీళ్ళకంటే ఇసుక బరువు కాబట్టి ఇసుక నీటిలో మునిగిపోతుంది. ఇసుక ఎంత స్థలాన్ని గ్లాసులో ఆక్రమిస్తోందో అంతపరిమాణం ఉన్న నీరు గ్లాసు నుంచి బయటకు వచ్చేసి వేరే చోటును చూసుకుంటుంది.

ఇక మన ముందున్న రెండో గ్లాసు సంగతికి వద్దాం. ఈ గ్లాసు కూడా మొదటి గ్లాసులాగా పూర్తిగా అంచువరకూ నీటితోనే నింపబడి ఉంది. ఇప్పుడు కొంత చక్కెరను నెమ్మదిగా ఈ నీళ్ళలో కలుపుతూపోతే సుమారు ఆరు టీ స్పూన్ల చక్కెర గూడా నీటితో బాటు అదే స్థలాన్ని ఆక్రమించుకుని సర్దుకుంటుంది. ఆ తరువాత గానీ గ్లాసులో నీళ్ళు గ్లాసులో స్థలం చాలకపోవడం వల్ల పొర్లిపోవు. జాగ్రత్తగా గమనిస్తే నీళ్ళలోకి చక్కెర

కరిగిపోతూ మాయమవడం మనం చూడొచ్చు. ఈ విధంగా చక్కెర నీళ్ళలోకి కరుగుతున్నప్పడు నీటి అణువుల, పరమాణువుల మధ్య ఉన్న ఖాళీ స్థలం లోనికి ఈ చక్కెర పరమాణువులు సర్దుకుని పోయి ఉండడం వల్లనే నీళ్ళు పొర్లిపోవు. ఈ ఖాళీ ప్రదేశాలన్నీ నిండిపోయిన తరువాత గానీ చక్కెర నీళ్ళలో కరగడం ఆగదు. ఆ తరువాత ఎక్కువైన చక్కెర గ్లాసు అడుక్కి దారితీస్తే కొంతనీళ్ళు బయటకి జారిపోయాయి. ఈ ఉదాహరణలో రెండు పదార్థాలు ఒకే ప్రదేశాన్ని పూర్తిగా ఆక్రమించి ఉండగలదన్న సత్యాన్ని మనం నిశ్చయంగా నిరూపించి గ్రహించగలుగుతున్నాం.

మరో ఉదాహరణని కూడా గమనిద్దాం. మన సూర్యకుటుంబాన్ని చూడండి. ఇదొక వస్తువు - ఒక వ్యవస్థ - ఒక 'ఉనికి'! అణువులు, పరమాణువులతో సామ్యం పొందుతూ ఇందులోని గ్రహాలు ఉన్నాయి. ఈ సూర్యకుటుంబం మొత్తం కలిసి రోదసిలో ప్రయాణిస్తూ ఉంది. రెండు వస్తువులు ఒకే ప్రదేశాన్ని ఆక్రమించుకుని ఉండగలవన్నమాట అబద్ధమైతే మనం రోదసిలోకి రాకెట్‌లను పంపించలేం. అదే విధంగా మరో ప్రదేశం నుంచి గ్రహాంతరవాసులు మన భూమి మీదకు రాలేరు. ఎందువల్లనంటే వాళ్ళు మన స్థలాన్ని ఆక్రమించుకోవలసి వస్తుంది కనుక. కాబట్టి, తేలే విషయం ఏమిటంటే కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితులల్లో రెండు వస్తువులు ఒకే స్థలాన్ని ఆక్రమించి స్థిమితంగా ఉండగలవని.

మన శరీరంలోని అణువులు, పరమాణువుల మధ్య ఉన్న ఖాళీ ప్రదేశాలలో కూడా ఇలాగే మరికొన్ని శరీరాలు సులువుగా సర్దుకుని ఉంటున్నాయి. ఈ శరీరాలు తక్కువ సాంద్రతతో - చాలా పలుచగా - దూరం దూరంగా ఉంటున్న అణువులతో నిర్మింపబడి ఉంటాయి. వీటిని మనం 'సూక్ష్మశరీరాలు' ('ఆస్ట్రల్‌బాడీస్') అని అంటూ వుంటాం. ఈ సూక్ష్మశరీరాలలోని అణువుల సాంద్రత స్థూల శరీరంలో అణువుల సాంద్రత కన్నా చాలా రెట్లు తక్కువగా ఉంటుంది. అంచేత, ఈ స్థూల, సూక్ష్మ శరీరాలు రెండూ ఒకే స్థలంలో ఏ మాత్రం ఇబ్బంది లేకుండా నిలబడి ఉండగలుగు తున్నాయి. మట్టిలోని అణువులు, సీసంలోని అణువులు, చెక్కలోని అణువులు వేర్వేరు

సాంద్రతల్ని పొంది ఉన్నట్లే స్థూల, సూక్ష్మదేహాలలోని అణువుల పొందిక గానీ, సాంద్రత గానీ వేరు వేరుగా ఉంటుంది. అందువల్లనే మాంసంతో నిర్మింపబడ్డ మన శరీరంలోనే ఈ సూక్ష్మదేహం కూడా ఒద్దికగా ఆ ప్రదేశాన్ని ఆక్రమించుకుని సంపూర్ణంగా, సుఖంగా సర్దుకుని ఉంటుంది.

సూక్ష్మదేహాన్ని, స్థూల దేహాన్ని కలుపుతూ 'సిల్వర్ కార్డ్' (వెండి ప్రోగు) ఉంది. ఈ వెండి ప్రోగు అత్యంత వేగంతో కంపించే అణువులతో నిర్మితమై ఉంటుంది. గర్భంతో ఉన్న తల్లినీ, ఇంకా జన్మించని పురుటిబిడ్డనీ కలిపే బొడ్డుత్రాడు లాగానే ఈ సిల్వర్ కార్డ్ సూక్ష్మదేహాన్ని, స్థూలదేహానికి కలుపుతూ ఉంటుందని అర్థం చేసుకోవచ్చు. బిడ్డకు తల్లి శరీరం నుంచే ఆహారం, పోషణా, అనుభవాలూ బొడ్డుత్రాడు ద్వారా అందుతూ వుంటాయి. బిడ్డ పుట్టగానే బొడ్డుత్రాడుని కత్తిరించి తల్లి నుంచి వేరుచేయగానే ఆ బిడ్డకి ఇదివరకటి పరాధీనపు జీవితం అంతమై స్వతంత్రంగా నిలబడగల ఓ క్రొత్త జీవితం ఆరంభమౌతుంది. తల్లి జీవితంతో బిడ్డ జీవితం ముడిపడి ఉండడం ముగిసిపోయి ఓ క్రొత్త జీవితానికి నాంది జరుగుతుంది.

మన స్థూల శరీరాన్ని పూర్ణాత్మతో సిల్వర్‌కార్డ్ అనుసంధానం చేస్తూ - అంటే కలుపుతూ - ఉంటుంది. శరీరం ఉన్నంతవరకు శరీరానికీ, పూర్ణాత్మకు మధ్య అనుక్షణం ఓ సంభాషణ జరుగుతూనే ఉంటుంది. రెండింటి మధ్యా సంకేతాలు అటూ, ఇటూ ప్రసరిస్తూనే ఉంటాయి. అనేక అభిప్రాయాలనూ, ఆజ్ఞలనూ, పాఠాలనూ లేక ఆధ్యాత్మికతను పెంపొందించేందుకు ఉపయుక్తమైన 'ఆహారాన్నీ' ఈ సిల్వర్ కార్డ్ పూర్ణాత్మ నుంచి గ్రహించి స్థూల శరీరానికి చేరవేస్తూ ఉంటుంది. మృత్యువు ఆవహించగానే శరీరానికీ, పూర్ణాత్మకూ మధ్య వున్న సిల్వర్ కార్డ్ తెగిపోయి విప్పి పడవేసిన వస్త్రాల్లాగ శరీరం నేలకు ఒరిగిపోతుంది - పూర్ణాత్మ తన పయనాన్ని కొనసాగిస్తుంది.

ఈ విషయం ప్రస్తుతం అప్రస్తుతం; కానీ అనేక పూర్ణాత్మలు, సూక్ష్మశరీరాలు ఉన్నాయనే విషయం మనం గుర్తుంచుకుంటే చాలు. మాంసనిర్మిత స్థూలదేహాల గురించీ, వాటిలో ఉండే సూక్ష్మదేహాల గురించీ ప్రస్తుతం మనం చర్చించుకుంటూ ఉన్నాం. ఇప్పటివరకు జరిగిన జీవపరిణామ

క్రమం వలన మానవ శరీరానికి అనుసంధింపబడి మొత్తం తొమ్మిది శరీరాలు ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా మనం ప్రస్తుతం సూక్ష్మశరీరయానం (ఆస్ట్రల్ ట్రావెల్) గురించీ, సూక్ష్మశరీరాలు విహారాలు చేసే సూక్ష్మలోకాలను గురించీ మాత్రమే తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నాం.

మానవుడు సత్యానికి దేహధారి అయిన ఓ "ఆత్మ". శరీరం లేకపోతే ఏ జ్ఞానాన్ని పొందడం అసాధ్యమో, ఆ జ్ఞానాన్ని సంపాదించేందుకు, అనేక సత్యాలను గ్రహించేందుకు ఉపకరించే రక్తమాంసాలతో నిర్మింపబడిన శరీరాన్ని మానవుడు ధరిస్తున్నాడు. మానవుని లేక 'మానవశరీరం' అనే ఈ ప్రయాణసాధనాన్ని పూర్ణాత్మ తన సారధ్యంలో నడిపిస్తూ ఉంటుంది. ఇక్కడ కొంతమందికి 'ఆత్మ' అనే మాటను వాడడం ఇష్టంగా ఉంటుంది. మనం మాత్రం 'పూర్ణాత్మ' అనే మాటనే వాడుకుందాం. ఎందుకంటే ఆత్మ అనే పదానికి ఉన్న పరిధి మరీ గొప్పది. మానవత్వం కన్నా గొప్పదైన సత్యాన్ని ఆత్మ దర్శిస్తుంది. పూర్ణాత్మ శరీరాన్ని శాసించి నడిపిస్తూ ఉంటుంది. మానవుని మెదడును ఒక రిసీవింగ్ స్టేషన్ గానో, లేక ఒక టెలిఫోన్ ఎక్స్చేంజ్ లాగానో, లేక ఒక రిలేస్టేషన్ లాగానో, లేక పూర్తిగా ఆటోమేటిక్ ఫ్యాక్టరీ లాగానో మనం ఊహించుకోవచ్చు. పూర్ణాత్మ నుంచి వెలువడే సంకేతాలను మానవుని మెదడు స్వీకరించి ఆ ఆజ్ఞలకు అనుగుణంగా శరీరంలో రసాయనిక మార్పులను నిర్వహిస్తూ, భౌతిక శరీరాన్ని ప్రాణంతో నిలబెట్టి ఉంచుతూ కండరాలతో పనిచేయిస్తూ, అనేక మానసిక వృత్తులను కల్పిస్తూ ఉంటుంది. అలాగే, గ్రహించిన అనుభవాలను పూర్ణాత్మకు నిరంతరం నివేదిస్తూ ఉంటుంది.

కారుని కాసేపు ఆపేసి డ్రైవరు బయటకు వచ్చి నిలబడినట్లు, అనేక హద్దులకు లోబడి విధిని నిర్వర్తించే శరీరాన్ని వదలిపెట్టి బయటకు వచ్చి మానవుడు తను నేర్చుకున్న జ్ఞానాన్ని సూక్ష్మప్రపంచంలోని అనంతమైన జ్ఞానంతో పోల్చి స్పష్టంగా దర్శించి సమీక్షించుకోవచ్చు. భౌతిక ప్రపంచం గురించీ, సూక్ష్మలోకాల గురించీ ప్రస్తుతం మన చర్చ కొనసాగుతోంది. సూక్ష్మ శరీరాన్ని గురించే మన చర్చ కొనసాగిస్తూ ఉన్నాం. సూక్ష్మలోకంలో మనం

కనురెప్పపాటు కాలంలో సుదూర ప్రాంతాలకు పయనమై వెళ్ళవచ్చు. ఏ వేళలోనైనా, ఏ ప్రదేశానికైనా వెంటనే వెళ్ళొచ్చు - అలా వెళ్ళి మన పాత స్నేహితులూ, బంధువులు ఏం చేస్తున్నారో చూడొచ్చు. ఓ పురుషుడు లేక స్త్రీ కూడా ప్రపంచంలోని, ఏ సిటీలోని, ఏ లైబ్రరీలోని, ఏ పేజీనైనా క్షణమాత్ర కాలంలో చదవగలగడం అనేది సాధనతో చాలా సులభంగా సిద్ధింపజేసుకోవచ్చు. పడమటి దేశాల్లో చాలామందికి "శరీరాన్ని వదలి పెట్టి బయటికి వెళ్ళిపోవడం అనే విషయం అసాధ్యం" అనిపిస్తుంది. ఎందువల్లనంటే- జీవితమంతా వాళ్ళు అపనమ్మకంతోనే బ్రతుకుతూ, ఏ వస్తువునైనా చీల్చి చెండాడి పరిశీలించి ప్రయోగిస్తే తప్ప నమ్మని జీవన విధానంతో, "హేతు" వాదంతో అర్థం చేసుకోలేని విషయాలను వాళ్ళు అర్థం లేని విషయాలుగా తమ మనస్సుల్లో స్థిరంగా అభిప్రాయాలను ఏర్పరుచుకుని తమ చుట్టూ గిరులు గీసుకుని బ్రతుకుతున్నారు కాబట్టి.

బాల్యంలో కొందరు పిల్లలు దేవుళ్ళని చూశామని చెబుతూ ఉంటారు. ఇలాంటి విషయాలు నిజంగా జరుగుతున్నాయి. అలాంటి దేవుళ్ళని మేము చూడగలుగుతున్నాం. వారితో మాట్లాడగలుగుతూ ఉన్నాం. వాళ్ళని మేము 'నేచర్ స్పిరిట్స్' (ప్రకృతి దేవతలు) అని అంటూ వుంటాం. అనేకమంది చిన్నారులకు ఈ ప్రకృతి దేవతలతో స్నేహం ఏర్పడుతూ వుంటుంది. అపనమ్మకంతో ఉండే పెద్దలకు గంటల తరబడి ఆటల్లో మునిగితేలుతూ 'దేవుళ్ళతో' మాట్లాడ్తూ గడిపే పిల్లలమీద ఏ మాత్రం నమ్మకం ఉండదు. ఆ పిల్లలకు మాత్రం తమ స్నేహితులు నిజంగా ఉన్నారనే విషయాన్ని రూఢిగా తెలుసు.

ఇలాంటి పిల్లలు పెరిగి పెద్ద వారవుతున్న కొద్దీ వాళ్ళను చూసి గేలిచేసి, నవ్వి, కొట్టివడేసి, కోపగించుకునే పెద్దవాళ్ళ ధోరణిని ఎదుర్కోవలసివస్తుంది. ఈ పెద్దలు "తాము ఒకప్పుడు చిన్నవాళ్ళే"నన్న విషయాన్ని విస్మరిస్తుంటారు. తమ తల్లి తండ్రులతో తమ 'అనుభవాల'ని గుర్తు తెచ్చుకుని తమ పిల్లలని అబద్ధాల కోరులుగా, అతి తెలివి చూపిస్తున్న వాళ్ళలాగా చిత్రించుకుని వాళ్ళని భయంకరంగా దండించడం కూడా

చేస్తున్నారు. క్రమంగా ఇలాంటి పరిస్థితులకు తల ఒగ్గి పిల్లలు 'దేవతలు' లేరని తమ మనస్సులను హిప్నొటైజ్ చేసేసుకుంటున్నారు. పెరిగి పెద్దయి మళ్ళీ తమ పిల్లల్ని కూడా అలాంటి దేవతలతో మాట్లాడుతున్నందుకు, ఆడు కుంటున్నందుకు దండించే స్థితికి చేరుతున్నారు.

ప్రాశ్చాత్యదేశాల వారికీ, ఐర్లాండు ప్రజలకీ ఈ విషయాల గురించి బాగా తెలుసుననే విషయాన్ని మేము బల్లగుద్ది మరీ చెప్పగలం. వాళ్ళకి ఈ ప్రకృతి దేవతల గురించి తెలుసు. 'దేవుళ్ళు' అనండి - 'దేవత'లనండి - 'ఫెయిరీస్' అనండి - 'లెప్రెషాన్స్' అనండి - పేరేదైనా కానీయండి - వాళ్ళ పేర్లు అనవసరం కానీ వాళ్ళు ఉన్నారు, మంచిపనులు చేస్తున్నారు. ఇలాంటి వారిని నమ్మకపోవడం వలన మానవులు తమ జీవితంలో గొప్ప గొప్ప విలువలను కోల్పోతూ ఉన్నారు. అజ్ఞానం, గర్వం ఈ రెండూ తలకెక్కి మానవుడు అనంతమైన విజ్ఞానానికి నోచుకోలేకపోతున్నాడు. ఎందువల్లనంటే ఈ ప్రకృతి దేవతలు తమకు నచ్చిన వాళ్ళకి, తమను నమ్మిన వాళ్ళకి అత్యంత ప్రీతితో మేలు చేస్తారు.

పూర్ణాత్మ విజ్ఞానం అనంతం. శరీరంలో ఉన్నప్పుడు ఎన్నో అడ్డంకులూ, పరిధులూ ఉంటాయి. కొంతమందిని తప్పించి ప్రతి మనిషీ నిద్రపోతున్నప్పుడు తన శరీరం లోంచి తప్పించుకుని బయటకు రాగలుగుతున్నాడు. నిద్రలోంచి మెలకువ స్థితిలోకి వచ్చాక తనకు "కలలు" వచ్చాయని చెబుతాడు. ఈ విధంగా కూడా మానవుడు హిప్నొటైజ్ చేయబడి "నిద్రపోతున్నప్పుడు తాను శరీరం లోంచి బయటకు రాలేదనీ, ఎక్కడికీ వెళ్ళలేదు" అనీ మభ్యపెట్టుకుంటూ తాను సంపాదించుకుని వచ్చిన దివ్య అనుభవాలను 'కలలు' అనే పేరు పెట్టి పట్టించుకోకుండా ఉండడం అలవాటు చేసుకున్నాడు.

నమ్మకం ఉన్న అనేక మంది ఇచ్ఛా మాత్రంతో తమ శరీరాల్ని విడిచిపెట్టి, సుదూర తీరాలకు క్షణాల్లో చేరుతూ, కొన్ని గంటల తరువాత తమ శరీరాల్లోకి తిరిగి వచ్చి, వాళ్ళు ఏం చూశారో, ఏం విన్నారో, ఏం చేశారో అన్నీ స్పష్టంగా గుర్తుపెట్టుకోగలుగుతున్నారు. సాధారణంగా ప్రతి ఒక్కరూ

సూక్ష్మశరీరయానం చేయగలను" అనే నమ్మకం తప్పక ఉండి తీరాలి. అపనమ్మకంతో వ్యతిరేకపు ఆలోచనలను విరజిమ్ముతూ ఉంటే మాత్రం సూక్ష్మశరీరయానం సాధ్యంకాదు. నిజానికి నిర్భయంగా ఉండగలగడమే సూక్ష్మశరీర యానానికి మొదటి అర్హత. భయాన్ని జయిస్తే సూక్ష్మశరీరయానం అత్యంత సులభం.

భయమే ఒక గొప్ప అడ్డంకి - ఒక బ్రేకు. శరీరాన్ని 'వదిలిపెట్టడం' అంటే 'మరణించడం' అనే అపోహను ముందు త్రొక్కి పడేయాలి. అలాంటి భయాన్ని విడిచిపెట్టాలి. కొంతమందికి తాము "శరీరాన్ని వదిలిపెట్టి బయటికి వెళితే తిరిగి రాలేమే" ననీ, ఒకవేళ తిరిగి వచ్చినా తమకన్నా ముందుగా మరొకడు దూరిపోతాడే మోననీ చచ్చేంత భయం కలుగుతూ ఉంటుంది. పిచ్చి భయంతో 'తలుపులు తెరిచి ఉంచితే' తప్ప ఇలాంటివి జరగడం అసంభవం. భయంలేని వాడికి ఏ ఆపదా రాదు. శరీరాన్ని వదలిపెట్టి అనంతమైన దూరాలకు వెళ్ళిపోయినా సిల్వర్ కార్డ్ మాత్రం తెగిపోదు. మనం భయపడిపోయి 'ఆహ్వానిస్తే' తప్ప మరెవ్వడూ మన శరీరంలోకి దూరి ఆక్రమించుకోలేడు.

సూక్ష్మశరీర యానం తరువాత ప్రతిసారీ - ప్రతిసారీ - నువ్వు నీ శరీరానికి తిరిగి వస్తావు - రాత్రి నిద్రపోయిన ప్రతి వ్యక్తీ మళ్ళీ ప్రొద్దున్నే నిద్రలేచినట్లుగా ! మనం భయపడే విషయం నిజానికి ఎప్పుడూ జరగదనే విషయం మనకందరికీ బాగా తెలుసు.

భయం తరువాత ఉన్న మరో అడ్డంకి "ఆలోచన". రీజనింగ్ (తర్కం) తో చేసే ఆలోచనల వల్లనే ఎక్కువ సమస్య ఎదురవుతుంది. "ఆలోచన" - "హేతువాదం", ఈ రెండే ఓ మనిషిని పర్వత శిఖరం మీదకి చేరనీకుండా అడ్డుపడుతూ ఉంటాయి. ఎక్కుతూ ఉన్నప్పుడు కాలు లేక చెయ్యి పట్టు తప్పి క్రింద పడితే ప్రాణాలు "హరీ" అంటాయనే 'రీజనింగ్' మనిషిని కొండ ఎక్కనీయదు. కాబట్టి ఆలోచననీ - రీజనింగ్‌నీ కూడా నిర్దాక్షిణ్యంగా అణచివేయాలి. ఈ రెండు పదాలు - ఆలోచనా, రీజనింగ్ చాలా చెడ్డవి కావడం మన దురదృష్టం. ఆలోచన లేక యోచన! ఎప్పుడైనా మీరు 'ఆలోచన'

(యోచన) గురించి ఆలోచించారా? 'ఆలోచన' అంటే ఏమిటి? మీరు ఎక్కడ ఆలోచిస్తారు? మీ ఆలోచనలు తలపై నుంచి వస్తున్నాయా? మీ తల వెనకవైపున ఆలోచనలు జరుగుతున్నాయా? భ్రూమధ్యంలో జరుగుతున్నాయా? చెవుల లోపల ఆలోచిస్తున్నారా? కళ్ళు మూసుకుంటే మీ ఆలోచనలు ఆగి పోతున్నాయా? లేదు! మీ మనస్సును నువ్వు ఎక్కడ లగ్నం చేస్తావో - ఎక్కడ కేంద్రీకరిస్తావో - అక్కడే నీ ఆలోచన జరుగుతూ ఉంది. ఈ చిన్ని - మౌలికమైన సత్యాన్ని అర్థం చేసుకుంటే చాలు - మీరు మీ శరీరాన్ని వదలి బయటికి వచ్చి సూక్ష్మశరీరంతో ఎక్కడకైనా, పిల్లగాలిలా తేలిపోవచ్చు. దీన్ని గురించి ఆలోచించు. మళ్ళీ ఈ పాఠం ఇక్కడవరకు చదువు. ఆలోచన గురించి ఆలోచించు. మీరు రాబోయే కష్టాల గురించి ఆలోచిస్తూ ఉండడం వల్ల మీ ఆలోచనే నిన్ను వెనక్కి ఎలా నెట్టేస్తోందో ఓ సారి ఆలోచించు. మీ ఇంట్లో వొంటరిగా ఉన్న సమయంలో - అర్ధరాత్రి వేళ - గాలులు బలంగా ఈలలు వేస్తూన్న వేళ - ఇంట్లోకి దొంగలు వచ్చేశారేమోనని మీరు అనుకుంటున్నవేళ - కర్టెన్ వెనక దాక్కుని మీ మీదకు దూకడానికి సిద్ధపడుతున్న మనిషి గురించి మీ ఆలోచనలు సాగడం లేదూ? "ఆలోచన" - ఇలాంటి ఆలోచన వల్లే మీకు ఎక్కువ ప్రమాదం జరుగుతుంది. ఆలోచన గురించి ఇంకా ఇంకా ఎక్కువ ఆలోచించండి.

మీకు ఓ పన్ను పాడయి నొప్పితో బాధపడుతున్నారు. అయిష్టంగానే డెంటిస్టును కలవాల్సి వచ్చింది. ఆయన మీ నోటిని పరీక్షించి ఆ పంటిని పెరికి పడేయాలని అంటున్నారు. పన్ను పీకితే నొప్పి పుడుతుందని మీకు భయం పట్టుకుంది. డెంటల్ చెయిర్‌లో బిగపట్టుకుని కూర్చున్నారు. మీ నోట్లో ఇంజెక్షన్ ఇవ్వడానికి డెంటిస్టు సిరంజిని మందుతో ఎత్తి పట్టుకునేసరికి మీకు ప్రాణాలు పోయినంత పనయ్యింది కదూ? భయంతో గుటకలు మింగుతున్న మీ ముఖం పాలిపోయిందని కూడా గమనించారా? ఇంజెక్షన్ సూది మీ నోట్లో గుచ్చుకుంటే - సూది నెమ్మదిగా మీలోకి జొరబడుతూంటే - నొప్పితో బాబోయ్ - ఆ తరువాత మీ నోట్లోకి వెళ్తున్న పట్టకారు. బలంగా లాగబడ్డ పన్ను నెత్తురుతో బాటు మీ నోట్లో నుంచి వెలుపలికి రావడం

మీరు చూస్తారు కదూ? ఆషాక్ నుంచి తట్టుకుని ఉండగలనా! అని ఆలోచిస్తున్నారు కదూ! బహుశా స్పృహతప్పి పడిపోతానని అనుకుంటున్నారు కదూ! ఈ విధంగా మీరు మీ భయాన్ని పోషిస్తూ మీ పంటి నొప్పిని ఇంకా ఎక్కువ చేసుకుంటూ ఉంటారు. మీ ఆలోచనా శక్తి మొత్తం ఆ పిప్పి పన్ను మొదట్లో కేంద్రీకరింపబడి బాధను ద్విగుణీకృతం చేస్తుంది. మీమొత్తం శక్తి అంతా ఆ నొప్పిని ఎక్కువ చెయ్యడానికే ఉపకరిస్తూ ఉంటుంది. సరే ఇప్పుడు తాపీగా ఆలోచిస్తే, మీ ఆలోచన ఎక్కడుంది? తలలోనా? మీకు ఎలా తెలుసు? మీ తలలో ఆలోచన ఉన్నట్టు మీరు గ్రహించగలుగుతున్నారా? ఎక్కడ మీ మనస్సు కేంద్రీకృతమౌతుందో అక్కడే ఆలోచన ఉంది. మీరు మీ గురించి ఆలోచిస్తూ ఆలోచనలు మీలోనే ఉన్నాయని ఆలోచించడం వల్ల ఆ ఆలోచనలు మీలోపలే ఉన్నట్టు మీకు అనిపిస్తుంది. ఆలోచనని మీరు ఎక్కడ ఉండాలని కోరుకుంటావో ఆ ఆలోచన ఆ చోటులోనే ఉంటుంది. మీ ఆలోచన ఎక్కడికి వెళ్ళాలని మీరు కోరుకుంటారో మీ ఆలోచన ఆ చోటుకే ఖచ్చితంగా వెళ్ళి తీరుతుంది.

'ఎక్కడ మీరు మీ మనస్సును కేంద్రీకరిస్తారో అక్కడే ఆలోచన ఉంది.' అనే ఈ మాట గురించి మళ్ళీ పరిశీలిద్దాం. ప్రచండంగా యుద్ధం జరుగుతున్నప్పుడు కొందరికి తూటాలు శరీరంలోనికి దిగబడినా, కత్తులు శరీరాల్లో దిగబడినా నొప్పులు తెలియవు. కొంత సమయం జరిగే వరకూ వాళ్ళకి గాయాలు అయిన సంగతే వాళ్ళకు తెలియదు. తమకు తగిలిన దెబ్బల గురించి ఆలోచించడానికి వాళ్ళకు సమయం దొరికినప్పుడే వాళ్ళకి నొప్పి గుర్తొచ్చి ఒక్కసారిగా ఆ షాక్‌తో స్పృహకూడా తప్పి పడిపోతూ ఉంటారు. మన ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధికి ఆలోచనా, రీజనింగూ, భయమూ ఈ మూడు పెద్ద బ్రేకుల్లాగా పనిచేస్తాయి. మన శరీరం అనే యంత్రాన్ని ఈ మూడూ మెల్లగా నడపడం ప్రారంభించి, వేగాన్ని బాగా తగ్గించేసి పూర్ణాత్మ నుంచి వస్తున్న ఆజ్ఞల్ని వక్రీభవింపచేసి అమలు చేస్తాయి.

మానవుడు తాను మూర్ఖంగా ఏర్పరచుకున్న భయాలూ, హద్దులూ ఈ రెండూ లేకుండా ఉన్నట్లయితే అతడు మానసికం గానూ, శారీరకం

గానూ కూడా ఓ 'సూపర్‌మేన్'గా తయారవగలడు. ఉదాహరణకు : ఓ చీపురుపుల్లలాంటి, మరి స్వతహాగా పిరికితనం ఉన్న ఓ వ్యక్తి రోడ్డు ప్రక్కనే ఉన్న కాలిబాటలో నడుస్తూ పరాకుగా రోడ్డు మీదకు వచ్చేస్తాడు. ఆ రోడ్డుమీద వాహనాలు భారీగా వేగంగా పరుగులు పెడుతూ ఉన్నాయి. ఏ వ్యాపారం గురించో అతను ఆలోచిస్తూ ఉండవచ్చు. లేదా తాను సాయంత్రం ఇంటికి తిరిగి వెళ్ళేసరికి తన భార్య ఏ మూడ్‌లో ఉంటుందోనని బహూశా అతడు ఆలోచిస్తూ ఉండవచ్చు లేదా పీక్కుతినే అప్పుల వాళ్ళ గురించి అతను ఆలోచిస్తూ ఉండవచ్చు. ఇంతలో ఉన్నట్టుండి ఓ హారన్ మోత చెవులు తూట్లు పడేలా వినిపిస్తుంది. ఆ మనిషి ఉలిక్కిపడి ఈ లోకంలోకి వస్తూనే ఏ ఆలోచనా లేని స్థితిలో ఒక్క ఉదటున లంఘించి - ఒడ్డున పడతాడు. బహూశా అలా గెంతడం సామాన్యులకే కాదు - బాగా ప్రాక్టీసు ఉన్న కండలు తిరిగి వున్న అథ్లెట్లకు కూడా సాధ్యపడకపోవచ్చు. హారన్ వినిపించిన తక్షణం ఈ వ్యక్తి "ఆలోచనా", "రీజనింగూ" మొదలుపెట్టాడని మనం ఓ సారి అనుకుందాం - అతని ఆలోచనలు గట్టెక్కడం ఖాయం. ఈ విషయంలో అనుమానం ఏమీ అక్కరలేదు. అతని మనస్సులో ఆ సమయానికి ఏ ఆలోచనా రాకుండా స్థంభించి ఉంది. కనుకనే సర్వజ్ఞత్వం ఉన్న పూర్ణాత్మ అతడి వెన్నంటి కాపాడుతూ ఉంటూ అతడి కాలి కండరాలలోకి కొన్ని రసాయనిక పదార్థాలను (ఉదాహరణకి అడ్రినాలిన్) వేగంగా పంపించే సందేశాన్ని పంపించి తద్వారా మామూలు ఆలోచనలతో సాధించలేని అసాధ్యపు 'జంప్'ను అచేతనావస్థలో ఉన్న అతడిలో కలిగింపచేయ గలిగిందని మనం గ్రహించాలి.

జంతువుల్నీ మనిషినీ వేరు చెయ్యగలిగేది 'ఆలోచనే' - అనే విషయాన్ని పాశ్చాత్యులు విపరీతంగా బోధిస్తూ ఉంటారు. అదుపులేని ఆలోచనలు మనిషిని జంతువుల కన్నా తక్కువస్థాయిలో నిలసెడుతాయి. ముఖ్యంగా సూక్ష్మశరీరయానం విషయంలో పిల్లలకి-మనకి కనుపించని విషయాలు కూడా కనబడుతాయనే సత్యం చాలామందికి అనుభవంలోకి వచ్చే ఉంటుంది. కొన్ని జంతువులకు దెయ్యాలు స్పష్టంగా కనబడుతాయి.

కొన్ని జంతువులకి కొన్ని విషయాలు జరుగబోయే ముందుగానే తెలుస్తాయి. ఈ విషయాలు మనుష్యులు అర్థం చేసుకోవడానికి చాలా సమయం పడుతుంది. జంతువులు మనలాగా 'ఆలోచనల'నూ 'రీజనింగు'నూ ఉపయోగించవు. వాటి పద్ధతి వేరే ఉంది. ఆ దారినే మనం కూడా పట్టుకోవాలి.

కాబట్టి మనం ముందుగా మన ఆలోచనలను నియంత్రించడం అలవాటు చేసుకోవాలి. మన మనస్సుల అంచుల్లో నిరంతరం పరిభ్రమించే సోమరిపోతు ఆలోచనలని విసర్జించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఓ ఏకాంత ప్రదేశంలో సుఖంగా కూర్చోండి. పూర్తిగా రిలాక్సవ్వండి. ఎవ్వరూ మీ ఏకాంతాన్ని భగ్నం చేయలేని చోట్లో మీరు కూర్చోవాలి. ఇబ్బందిగా ఉండకుండా గదిలోని దీపాలు ఆర్పేయండి. ఎందువల్లనంటే ఇలాంటి పరిస్థితిలో కాంతి వల్ల కూడా మీకు ఇబ్బంది కలిగే అవకాశాలు ఉన్నాయి. తరువాత తాపీగా మీ ఆలోచనలను గమనిస్తూ వాటి గురించి ఆలోచించండి. నానాటికీ పెరిగిపోతున్న ధరల గురించి ఆలోచించండి. ఆందోళన కలిగిస్తున్న ప్రపంచ పరిస్థితులనూ, మీ యజమానితో మీరు ముఖాముఖి మాట్లాడదలచుకున్న విషయాలు గుర్తిస్తే వాటిని గమనించండి. ఇలాంటి వైవిధ్యం కల్గిస్తూన్న ఆలోచనలనన్నింటినీ బయటకు గెంటేయండి.

చాలా ఎత్తు ఉన్న ఓ బిల్డింగు చివరి అంతస్తులో ఉన్న ఓ గదిలో మీరు కూర్చుని ఉన్నట్టు ఊహించుకోండి. మీ కళ్ళ ముందు ఓ పెద్ద కిటికీని అడ్డుకుని ఉన్న నల్లటి కర్టెన్ల వైపు మీ దృష్టిని సారించండి. అలాంటి తెర మీద మీ ఆలోచనలకు భగ్నం కలిగించే డిజైన్లు ఏవీ లేవనే విషయాన్ని గమనించండి. మీలోని చైతన్యాన్ని ఆ నల్లటి తెర మీదే కేంద్రీకరించండి. మీ చైతన్యాన్ని ఏ ఆలోచనలూ వేధించకుండా చూసుకోండి. మీ చైతన్యపు నల్లటి తెర మీదకు ఏ ఆలోచనలూ వచ్చి వాలకుండా చూసుకోండి. ఏవైనా ఆలోచనలు ఈ తెర మీదకు ప్రాకేందుకు ప్రయత్నిస్తే ఆ ఆలోచనలను ఆ తెర అంచుల నుంచి క్రిందకు తోసేయండి. కొంత సాధనతో ఈ విధంగా

మీ ఆలోచనలనన్నింటినీ బయటకు తరిమేయవచ్చు. ఉన్నట్టుండి కొన్ని ఆలోచనలు మీ చైతన్యపు అంచులలో సాక్షాత్కరిస్తే బలవంతంగా వాటిని బయటకు వెళ్ళమని ఆజ్ఞాపించండి. మళ్ళీ మీ నల్లటి చైతన్యపు తెరమీదే మీ ధ్యాసను లగ్నం చెయ్యండి. మీ ఆలోచనల శక్తితో ఆ తెరని పైకి ఎత్తి ఆ తెరకు వెనక ఉన్న కిటికీలోంచి ఏం కనిపిస్తుందో గమనించే ప్రయత్నం చెయ్యండి.

మళ్ళీ, కేవలం మీ ఊహల్లోనే ఉన్న ఆ నల్ల తెరమీదే మీ ధ్యాసను స్థిరంగా నిలిపి ఉండే ప్రయత్నం చెయ్యండి. అలా చేస్తున్నప్పుడు ఎన్నో ఆలోచనలు మీ దృష్టిలో పడేందుకు ఎగబడుతుంటాయి. మీ దృష్టిని మళ్ళించే ప్రయత్నాలు చేస్తూంటాయి. మీ మానసిక శక్తితోనే ఆ ఆలోచనల్ని బయటకు బలవంతంగా నెట్టేసే ప్రయత్నం చెయ్యండి. (ఈ మాట ఇదివరకే మేము చెప్పడం జరిగింది. అయినా మళ్ళీ మళ్ళీ ఎందుకు చెబుతున్నామంటే ఈ మాట మీ బుర్రలో స్థిరంగా దిగబడాలి గనుక). ఏ ఆలోచనలూ లేని ప్రశాంతమైన స్థితిని మీరు సంపూర్ణంగా పొందగలిగినప్పుడు - ఆ శూన్యంలో మీ ఉనికిని గమనించగలిగే సమయంలో ఉన్నట్టుండి ఓ తెర సర్రున చిరిగినట్టు మీకు అనుభూతి చెంది ఆ క్షణంలోనే ఈ భౌతిక ప్రపంచం పరిధుల్ని అధిగమించి మరో కొత్త అర్థం మీకు స్ఫురిస్తుంది. ఈ విధంగా మీరు మీ సాధనని సాగిస్తే మీ ఆలోచనలను నియంత్రించుకో గలుగుతారు. గొప్ప మాస్టర్లలాగే మీరూ ఆలోచనల వలయాల నుంచి బయట పడగలుగుతారు. చిత్తచాంచల్యాన్ని అరికట్టి పరమశాంతిని పొందగలరు.

ప్రయత్నించండి, నేర్చుకోండి, అలవాటు చేసుకోండి. ఏ అభివృద్ధిని మీరు సాధించాలన్నా సాధన, నిరంతర సాధన ఎంతో ముఖ్యం. పనికిరాని ఆలోచనలని మీలోంచి విసర్జించే ప్రయత్నాన్ని సాధనతో సాధించండి.





తొమ్మిదవ పాఠం

సూక్ష్మశరీరయానం - I

ఇంతకుముందు పాఠంలో ఆలోచనలను గురించి మనం అనుకున్న చివరి మాటల్లో మేము ఒక మాట చెప్పాం. 'ఆలోచనని నువ్వు ఎక్కడ ఉండాలని కోరుకుంటావో ఆ ఆలోచన ఆ చోటులోనే ఉంటుంది' అని, ఈ మాట ఓ సిద్ధాంతం. దీని సహాయం పొంది మనం మన శరీరాల నుంచి బయటపడి, సూక్ష్మశరీర యానం చేయువచ్చు. అందువల్ల ఈ సిద్ధాంతాన్ని మళ్ళీ చెప్పకుందాం.

ఆలోచన మీరు అనుకున్న చోటులోనే ఉంటుంది. మీ ఆలోచన మీ శరీరం బయట ఉండాలని మీరు అనుకుంటే అది అలాగే బయట నిలబడి ఉంటుంది. ఇప్పుడు మరికొంత సాధన చేద్దాం. ఈ సాధనకు కూడా మీకు విఘ్నాలు రాని ఏకాంత, ప్రశాంత ప్రదేశం కావాలి. మీ శరీరంలోంచి బయటకు వచ్చే ప్రయత్నాన్ని మీరు ప్రస్తుతం చేయబోతున్నారు. మొదటగా మీరు ఏకాంతంలో ఉండాలి. ఎవ్వరూ మిమ్మల్ని ఆటంకపరచకూడదు. మీరు పూర్తిగా రిలాక్స్‌డ్‌గా ఉండాలి. సులభంగా మీ ప్రయత్నం ఫలించాలంటే మీరు మీ పడక మీద విశ్రాంతిగా పడుకోవడం ఉత్తమం. మీ ప్రయోగానికి ఏ విఘ్నమూ కలుగకుండా మీరు జాగ్రత్త పడాలి. తరువాత సుఖంగా పడుకుని ఊపిరి తీసుకుంటూ వదుల్తూ ఈ ప్రయోగాన్ని గురించి ఆలోచించే ప్రయత్నంగా మొట్టమొదట మీ ముందు అంటే మీ పైన ఆరు అడుగుల దూరంలో ఉన్న ఓ కేంద్రం మీద మీ ధ్యాసను లగ్నం చెయ్యండి. కళ్ళు మూసుకుని నీ ధ్యాసను ఆ ప్రదేశంలో కేంద్రీకృతం చెయ్యండి.

మీ ఆత్మశక్తితో మీరు - సూక్ష్మశరీర ధారివైన మీరు - ఆరడుగుల దూరంలో ఉన్న మీ స్థూల శరీరాన్ని స్వయంగా దర్శిస్తున్నట్టు తీవ్రంగా ధ్యానించండి. ఆలోచించండి! అప్పుడు సరియైన మీ సాధన ఫలించిన ఫలితంగా ఉన్నట్టుండి ఓ చిన్న విద్యుద్ఘాతం లాంటి చురుకైన చైతన్యాన్ని (షాక్) మీరు అనుభవించి కళ్ళు మూసుకుని సుఖంగా పడుకుని ఉన్న మీ స్థూల శరీరాన్ని స్వయంగా దర్శించగలుగుతారు.

ఈ స్థితిని సాధించడం మొదట్లో శ్రమతో కూడుకుని ఉన్నట్లు అనిపిస్తుంది. మీరు ఓ పెద్ద రబ్బరు బెలూన్ లోపల ఉండి బయటపడేందుకు ఆ బెలూన్ లోపలి నుంచి నొక్కుతూ - బలంగా మళ్ళీ మళ్ళీ నొక్కుతూ - గింజుకుంటూ పెద్ద ప్రయత్నం చేసినట్టు అనిపించవచ్చు. బెలూన్ లోంచి బయటకు వచ్చేందుకు ఎంత నొక్కి ప్రయత్నించినా ఏ మాత్రం ఫలితం కనిపించకపోవచ్చు. ఏ క్షణం లోనైనా బెలూన్ లోంచి బయటపడగలననే నిశ్చయం మీకు ఏర్పడుతూ ఉండవచ్చు కూడా. చివరకి ఒక్క కుదుపుతో బెలూన్‌ను చీల్చుకుని టప్పున బయటకు వచ్చినట్టు మీకు బలంగా అనిపించవచ్చు. ఉద్రేకం చెందవద్దు. భయపడవద్దు. భయపడకుండా ఉన్నట్టయితే సుఖంగా ముందుకు సాగవచ్చు - భవిష్యత్తులో ఏ భయాలూ లేకుండా ఏ విఘ్నాలూ లేకుండా ఉండగలరు. కానీ ఏ మాత్రం భయపడినా మళ్ళీ గబుక్కున స్థూల శరీరం లోనికి దూకేయవలసి వస్తుంది. ఇక ఆ రోజు ఎంత ప్రయత్నించినా బయటకు రాలేకపోవచ్చు. మరో రోజు చేసే ప్రయత్నంలోనే మళ్ళీ మీ కృషి ఫలించవచ్చు. కాబట్టి ప్రస్తుతానికి మళ్ళీ సూక్ష్మశరీరయానం సంగతి కట్టిపెట్టి నిద్రలో విశ్రాంతి పొందటం మంచిది.

ఇంకా కొంచెం ముందుకు వెళదాం. మీరు ఈ సాధనతో సులభంగానే మీ శరీరం నుండి బయట పడినట్టు అనుకుందాం. మీరు మీ సూక్ష్మశరీరాన్ని చూస్తూ ఉన్నారని అనుకుందాం. "ఇక ఏం చేయాలా?" అని మీరు ఆలోచిస్తూ ఉండవచ్చు బహూశా. కాస్సేపు మీ స్థూల శరీరం గురించి మరచిపోండి! దాన్నే చూస్తూ నుంచోకండి! మళ్ళీ ఎన్నోసార్లు మీ స్థూల శరీరాన్ని పరీక్షగా చూసే అవకాశం మీకు తప్పక వస్తూనే వుంటుంది. కాబట్టి ఆ ప్రయత్నం విరమించి ఈ సాధనని కొనసాగించండి.

మీ గదిలో అటూ, ఇటూ తేలిపోయే ప్రయత్నం చెయ్యండి -గాల్లో అటూ ఇటూ తేలిపోతున్న ఓ సబ్బు నీటి బుడగ లాగా - ఎంచేతనంటే మీ సూక్ష్మశరీరం బరువు ఆ సబ్బునీటి బుడగ బరువు కన్నా తక్కువగా ఉంటుంది కాబట్టి - మీరు క్రింద పడలేరు - ఏదెబ్బలూ తగిలించుకోలేవు. మీ స్థూలశరీరాన్ని విశ్రాంతి తీసుకోనియ్యండి, మీ స్థూల శరీరం సుఖంగా పడుకుని ఉండడానికి దాని జాగ్రత్తకూ మీరు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలన్నీ ముందుగానే తీసుకుని ఉన్నారు కదా! అలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకున్నారు. కనుకనే సూక్ష్మశరీరంతో బయటకు వచ్చారు కదా. తగిన జాగ్రత్త తీసుకోకపోతే మీరు తిరిగి వచ్చాక ఏ కాలో, చెయ్యో బెణికి ఉండటమో, మెడ కాస్త పట్టేసి ఉండటమో జరగవచ్చు. గరుకుగా ఉన్న వస్తువుతో మీ శరీరం రాచుకుంటే కొన్ని నరాలు వత్తిడికి లోను కావచ్చు లేకపోతే మీ చేయి క్రిందకి వాలి ఏ కంబళీ అంచుకో రాసుకుని, నిస్తబ్ధమై తిమ్మిర్లు పట్టవచ్చు. కాబట్టి స్థూల శరీరాన్ని జాగ్రత్తగా శ్రద్ధగా వదలి పెట్టి సూక్ష్మశరీరంతో బయటకు రావడాన్ని అభ్యసించు.

ఇక ప్రస్తుతం మీ గదిలో తేలియాడే నీటి బుడగలాగా హాయిగా తేలియాడే ప్రయత్నం చెయ్యండి. మామూలుగా ఎక్కడ మీ దృష్టి ప్రసరించదో ఆ ప్రదేశాలన్నీ - అంటే ఇంటి కప్పునీ, మూలల్ని కూడా జాగ్రత్తగా పరీక్షించండి. ముట్టుకుని చూసే ప్రయత్నం చెయ్యండి. నిర్భయంగా మీ గదిలో తేలియాడుతూ సుఖంగా ఎగురగలిగితే తప్ప, సాధన చేస్తే తప్ప, గదిని వదలి బయట ప్రపంచంలోకి భయపడకుండా సూక్ష్మశరీర యానం చెయ్యలేరు.

సూక్ష్మశరీర యానం గురించి మనం వేరే మాటలను ఉపయోగించి అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం. నిజానికి సూక్ష్మశరీర యానం చెయ్యడం చాలా సులభం. "సూక్ష్మశరీర యానం చెయ్యగలను" అనే విశ్వాసం - నమ్మకం మీకు ఉంటే అంతే చాలు. తప్పక మీరు విజయాన్ని సాధించగలరు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ మీరు భయపడకూడదు. ఎందుకంటే సూక్ష్మశరీరం ఉన్న ప్రదేశంలో భయం ఉండే అవకాశమే లేదు. సూక్ష్మశరీరయానం పూర్తి స్వేఛ్ఛ స్వాతంత్ర్యాలకు ఆలవాలం. ఆ చోట్లో భయానికి ఆస్కారం ఎక్కడ వుంది?

మళ్ళీ స్థూల శరీరంలోకే తిరిగి వచ్చాక "ఈ దేహంలో బందీనయ్యానే?" అని మీరు చింతించాల్సి ఉంటుంది. మట్టితో నిర్మింపబడిన గుదిబండలాంటి బరువైన దేహంతో - మన ఆధ్యాత్మిక ఆజ్ఞల్ని సక్రమంగా నిర్వర్తించలేని స్థూల శరీరంతోనే బాధలూ భయాలూ అన్నీ సూక్ష్మదేహానికి బాధలూ, భయాలూ లేనే లేవు. అది పూర్తి స్వాతంత్ర్యాన్ని అనుభవిస్తూ ఇచ్ఛా మాత్రంగా సంచరిస్తూ సుఖైక స్వరూపంతో ఉంటుంది.

సూక్ష్మశరీర యానం గురించి మళ్ళీ కొన్ని కొత్త మాటలతో పునశ్చరణ చేద్దాం. మీరు మీ మంచం మీద వెల్లికలా పడుకుని ఉన్నావు. మీ శరరంలోని అన్ని అవయవాలూ పూర్తిగా విశ్రాంతి పొంది సుఖంగా నిద్ర భంగిమను దాల్చి ఉన్నాయి. ఓ కాలు మీద మరో కాలు పడి తిమ్మిరి ఎక్కకుండా రెండు కాళ్ళు విడి విడిగా విశ్రాంతితో ఉన్నాయి. శరీరం మొత్తం సుఖంగా ఎక్కడా ఓ వస్తువులూ గుచ్చుకోకుండా ఉన్నాయి. శరీరంలో రక్తప్రసరణ సులభంగా, ఎలాంటి అడ్డంకులూ, బరువులూ లేకుండా దివ్యంగా సాగుతోంది. ప్రశాంతంగా, తృప్తితో మీరు పడుకుని ఉన్నారు. ఏ విఘ్నాలూ ఏర్పడే అవకాశం లేదు. మీరు ఏ మాత్రం ఆందోళనా చెందడం లేదు. "సూక్ష్మశరీరంతో ఎప్పుడు బయట పడదామా" అన్న ఆలోచన తప్ప మరో ఏ ఇతర ఆలోచనా మీకు లేదు.

రిలాక్స్ అయిపోండి! ఇంకా, ఇంకా బాగా రిలాక్స్ అయిపోండి! మీ స్థూల శరీరాన్నే పోలిన మరో దయ్యం లాంటి ఆకారం ఒకటి మీ శరీరంలోంచి నెమ్మదిగా బయటకు వస్తున్నట్టు గాల్లో తేలే పుప్పొడి లాగా మీ స్థూల శరీరంపైన తేలుతున్నట్టు మెల్లగా కొంచెం కొంచెం పైకి వెళ్తన్నట్టు ఊహించండి. కళ్ళుమూసుకునే ఉండి ఈ ప్రయత్నం చెయ్యి. కళ్ళు తెరుచుకుని ప్రయత్నిస్తే మొదటి మూడు నాలుగు ప్రయత్నాలలో మీరు అప్రయత్నంగా ఉలిక్కిపడ్డట్టయి మళ్ళీ నీ సూక్ష్మశరీరాన్ని వేగంగా క్రిందకు లాగేసుకుని మళ్ళీ మామూలు చోట్లోనే దాన్ని సర్దేసి ఉంచేసే ప్రయత్నాన్ని అప్రయత్నంగా చేయగలరు.

నిద్రపట్టబోయే ముందు కూడా కొంతమంది ఉన్నట్టుండి ఓసారి చిన్నగా ఉలిక్కిపడ్డట్టు కలిగే అనుభవాన్ని చాలాసార్లు పొందేవుంటారు.

ఈ ప్రకంపనం, తొట్రుపాటు ప్రత్యేక పద్ధతిలో జరుగుతుంది. పెద్ద ఎత్తున ఈ ప్రకంపనం, సంభవిస్తే "నిద్రపోవాలి" అనుకుంటున్న వ్యక్తి పూర్తి చైతన్యంతో ఎగిరి కూర్చుంటాడు. బాగా మొరటుగా బయటకు వస్తున్న సూక్ష్మశరీరం ప్రయత్నం వల్ల శరీరానికి ఈ ఉలికిపాటు, తొట్రుపాటు లేక ప్రకంపనం ఉద్ధృతంగా సంభవిస్తుంది. నిద్రవేళల్లోనే సూక్ష్మశరీరాలన్నీ తమ స్థూల శరీరాల నుంచి బయటపడి సుదూర తీరాల్లో విహరిస్తుంటాయనీ, ఎలాంటి నమ్మకాలూ లేని వాళ్ళు తమ అనుభవాలను కలల క్రింద ఊహించుకుంటూ ఉంటారనీ మనం ఇదివరకే చెప్పకుని ఉన్నాం. ఇక మళ్ళీ సూక్ష్మశరీరం గురించిన చర్చలోకి వద్దాం.

మీ స్థూల శరీరంలోంచి నెమ్మదిగా, సులభంగా బయటకు వస్తూన్న నీ సూక్ష్మశరీరం నెమ్మది నెమ్మదిగా పైకి కదులుతూ మీ స్థూల శరీరంపైన సుమారు ఆరు అడుగులు ఎత్తులో తేలియాడుతూ ఉంటుందని అనుకోండి! ఆ ఎత్తులో మీ స్థూలశరీరానికి సమాంతరంగా ఉండి నెమ్మదిగా అటూ, ఇటూ ఊగుతూ మీ సూక్ష్మదేహాన్ని ఊహించండి. ఇలా ఊగడం లాంటి అనుభవాన్ని మీరు నిద్రపట్టబోయే ముందు కొన్నిసార్లు అనుభవించి ఉండవచ్చు బహూశా! డోలాయమానంగా ఉన్నా సూక్ష్మశరీరవే ఈ అనుభవానికి కారణం. మేము ఇందాకటి నుంచీ చెబుతున్నట్టుగా గాల్లో మీపై వ్రేలాడే - అటూ, ఇటూ ఊగే మీ సూక్ష్మశరీరాన్ని ఆరు అడుగులు క్రింద ఉన్న స్థూలశరీరంతో అనుసంధానం చేస్తూన్న ఓ సిల్వర్‌కార్డ్ మీ స్థూల సూక్ష్మదేహాల బొడ్డు భాగంలో ఉండి నిలబెట్టి ఉంచుతూ ఉంటుంది.

మరీ నిశితంగా మీ స్థూలదేహాన్ని చూడవద్దు. ఎందువల్లనంటే ఏమాత్రం భయపడినా మీ స్థూల శరీరం భయంతో కంపించగానే ఒక్క ఉదుటున మీ సూక్ష్మశరీరం మళ్ళీ స్థూల శరీరంలోకి దూకేసి దాక్కుంటుంది - మళ్ళీ ఆ రోజు బహూశా బయటకి రాదు. ఈ ప్రయత్నం అంతా మళ్ళీ ఇంకోరోజు చెయ్యాల్సి ఉంటుంది. మా మాటలని మీరు శ్రద్ధగా ఆలకించి,

జాగ్రత్తగా మసలుకుంటే, బెదరిపోయి ఉలిక్కిపడకుండా నిర్భయంగా ఉన్నట్టయితే, మీ సూక్ష్మదేహం మీ స్థూలదేహం మీద సుఖంగా తేలియాడ్తూ అలాగే నిలబడి ఉంటుంది. కొన్ని క్షణాల వరకూ దాన్ని అలాగే తేలుతూ ఉండనీ. ఏ పనీ చెయొద్దు - శ్వాసను నెమ్మదిగానే సాగిస్తూ ఉండు. ఇదే మొట్టమొదటిసారి మీరు మీ సూక్ష్మశరీరంతో పూర్తి చైతన్యంతో స్థూల శరీరం లోంచి బయటకు వచ్చారు, కాబట్టి మీరు జాగ్రత్తగా ఉండి తీరాలి.

మీరు భయపడకుండా ఉంటే, ఉలిక్కి పడకుండా నిర్భయంగా ఉంటే, మీ సూక్ష్మ శరీరం నెమ్మదిగా తేలిపోతూ గాలికి అలా, అలా అల్లాడుతున్నట్టు అటూ, ఇటూ ఊగుతూ నెమ్మదిగా మంచం ప్రక్కకి దిగి సూక్ష్మశరీరం కాళ్ల మీద మెత్తగా నిలబడుతుంది. ఆ తరువాత మీ సూక్ష్మదేహం తాను చూస్తున్న స్థూలదేహాన్ని గురించిన జ్ఞానాన్ని మళ్ళీ వెనక్కి రిలే చేస్తుంది.

మీ స్థూలదేహం సందర్శనం మీ సూక్ష్మదేహానికి కొంత ఇబ్బందిగానే ఉంటుంది. గొప్ప అవమానం భరిస్తూన్న అనుభూతి సూక్ష్మదేహానికి కలుగవచ్చు. మనం నిజంగా ఎలా ఉంటామో మనకి పూర్తిగా తెలీదు. మొదటిసారి మీ మాటలని టేపురికార్డులోంచి విన్నప్పడు మీకు ఎలా అనిపించింది? టేప్ లోంచి వస్తూన్న మాటలు మీ గొంతు లోంచి వచ్చినవి కాదనే అనుమానం మీకు కలిగింది కదూ! ఎవరో ఏదో మోసం చేసి ఉండొచ్చని లేకపోతే టేపురికార్డర్ పాడైపోయిందేమోనని మీకు అనుమానం కలిగి ఉంటుంది కదూ!

మొదటిసారి టేప్ మీద తమ స్వంత కంఠస్వరాన్ని విన్న మనిషి తన చెవులని తాను నమ్మలేడు. ఆ స్వరం తనది కాదని అనిపిస్తుంది. ఇక మొదటిసారి మీ శరీరాన్ని మీరే స్వయంగా చూసుకుంటే ఎలా ఉంటుందో చూడటానికి నిరీక్షించండి. సూక్ష్మశరీరంలో మీరు ఉంటారు. మీ చైతన్యం మొత్తం మీ సూక్ష్మదేహంలోనే ఉంటుంది. మీరు సూక్ష్మశరీరానివే అన్న జ్ఞానం మీకు స్పష్టంగా ఏర్పడుతుంది. కొంత దూరంలో మీ స్థూలశరీరం పడి ఉంటుంది. నిద్రపోతున్న ఆకారంతో మీకు దిగ్భ్రమ, నిశ్చేష్ట కలగడం ఖాయం. మీ స్థూలశరీరం ఆకారం గానీ, రంగు గానీ మీకు అస్సలు నచ్చవు.

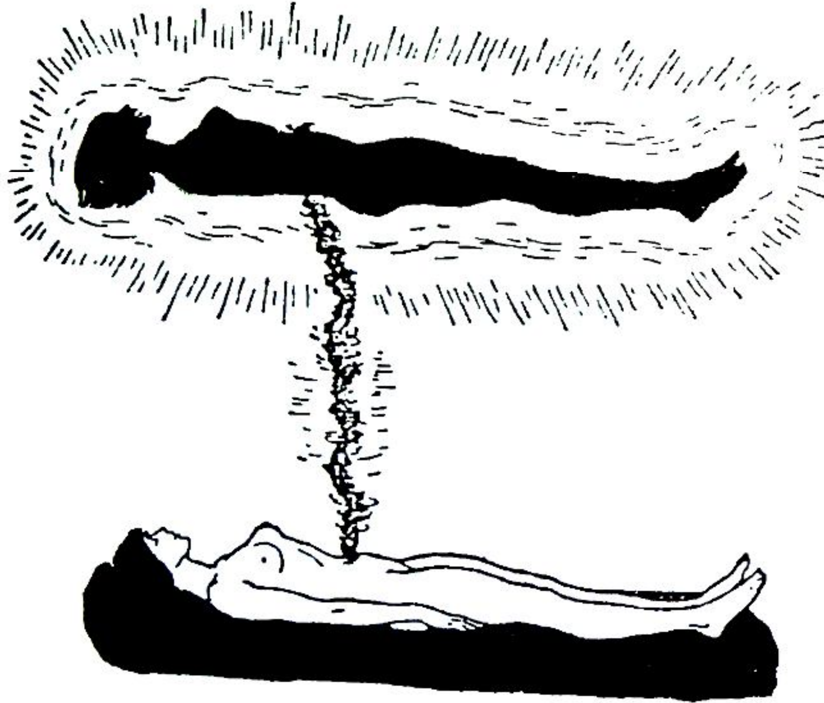
మీ ముఖం మీది ముడుతలు గానీ, మీ శరీరం అవతారం గానీ మీకు నచ్చవు. ఇంకొంచెం ముందుకు వెళ్లి మీ మస్తిష్కంలోకి మీ చైతన్యాన్ని ప్రసరించి చూస్తే మీలో ఉన్న కుళ్ళు, భయాలు బయటపడి మీరే హడలుకుని - జడుసుకుని - పుట్టుకొచ్చిన దడతో మళ్ళీ మీ స్థూల శరీరంలో దూకేసి అక్కడ దాక్కుందామా! అనుకుంటారు. ఒకవేళ అలాంటి భయాల్ని, నగ్నసత్యాల్ని మీరు ధైర్యంతో ఎదుర్కొని ధీరుడిలాగా నిలబడ్డారని అనుకుందాం - ఇక ఇప్పుడేం చేయాలి? మీరు ముందు ఎక్కడికి వెళ్ళాలో నిర్ణయించుకోవాలి. ఏం చేయాలో నిర్ణయించుకోవాలి. ఎవరిని కలవాలో ఏం చూడాలో నిర్ణయించుకోవాలి. ఒక సులభమైన పద్ధతి గురించి చెప్పాలంటే - మరో సిటీలో ఉన్న మీకు బాగా ప్రేమపాత్రుడు అయిన వ్యక్తిని మీరు చూడాలని మీరు సంకల్పించుకోవాలి. మామూలుగా మీరు ఆ వ్యక్తిని చాలాసార్లు కలుస్తూ వుండి ఉండాలి. అతను సరిగ్గా ఎక్కడ ఉంటాడో ఆ విషయం మీకుబాగా తెలిసి ఉండాలి. సూక్ష్మశరీరయానం మీకు క్రొత్త అనే విషయం గుర్తుతెచ్చుకోండి. "క్రొత్త" అంటే "సంపూర్ణచైతన్యంతో సూక్ష్మశరీరయానాన్ని చెయ్యడం క్రొత్త" అని అర్థం - స్థూలశరీరంతో మీరు ఏ దార్లో వెళ్తారో, సూక్ష్మ శరీరంతో కూడా అదే దారిని మీరు అనుసరిస్తారు.

గదిని వదిలిపెట్టు. వీధిలోకి వెళ్ళు (సూక్ష్మ శరీరంతో అనవసరంగా వర్రీ కావద్దు - ఎవ్వరికీ మీరు కనిపించరు) ఎవరి కోసం వెళ్తున్నారో ఆచోటికి ఎలా చేరాలో మామూలుగా వెళ్ళే దారినే స్మరిస్తూ ఆ వ్యక్తి రూపాన్ని మీ కళ్ళముందే స్థిరంగా ఉంచుకుని ముందుకుసాగండి. అత్యంత వేగంతో మీరు మీ స్నేహితుడి లేక బంధువు ఇంట్లో ఉంటారు.

కొంత సాధనతో మీరు ఎక్కడికైనా వెళ్ళగలిగే సామర్థ్యాన్ని సంపాదించు కుంటారు. సముద్రాలూ, కొండలు ఇవేవీ మీకు అడ్డు రాలేవు. ప్రపంచంలోని అన్ని ప్రదేశాలకూ, అన్ని నగరాలకూ ఎక్కడికైనా సరే సునాయాసంగా క్షణాల్లో వెళ్ళి చేరగలరు.

కొంతమంది అనుకుంటారు- "ఓహో! మీరు అక్కడికి వెళ్ళుతున్నాను అనుకోండి, తీరా అక్కడి నుంచి మళ్ళీ వెనక్కు రాకపోతే అప్పుడేమవుతుంది?"

Fig 8



LEAVING THE BODY

అని. దీనికి జవాబు ఏమిటంటే - మీరు ఎప్పటికీ దారి తప్పలేరు. నువ్వు దారి తప్పడం అసాధ్యం. నీకేప్రమాదం రాదు. ఏ ప్రమాదాన్నీ మీరు కొని తెచ్చుకోలేరు. మీ శరీరాన్ని ఎవ్వడూ ఆక్రమించేసుకోలేడు. మీరు సూక్ష్మశరీరయానంలో సుదూరతీరాల్లో విహరిస్తున్నప్పుడు దూరంగా ఉన్న మీ శరీరం దగ్గరికి ఏ అగంతకుడు లేక ఏ వ్యక్తి వచ్చినా మీ స్థూల శరీరం సూక్ష్మశరీరానికి వెంటనే ఓ సంకేతాన్ని పంపుతుంది. ఆ మరుక్షణంలోనే మనోవేగంతో మీ సూక్ష్మదేహం స్థూలదేహంలోకి వెనక్కి చుట్టుకున్నట్టు వచ్చి చేరిపోతుంది. మీకే ఆపదా రాదు. మీకు వచ్చే ఆపద ఒక్క భయం మాత్రమే! కాబట్టి భయాన్ని వదలిపెట్టి సూక్ష్మశరీరయానాన్ని అనేక ప్రయోగాలు చేస్తూ విజయం పొందుతూ, మీ మనోవాంఛా ఫలాన్ని సంపూర్ణంగా సిద్ధించుకోండి.

సూక్ష్మశరీరంతో మీరు పయనిస్తూ ఉన్నప్పుడు పూర్తి చైతన్యంతో ఉన్న మీకు లోకంలో ఉన్న రంగులన్నీ మరింత శోభతో - మరింత కాంతివంతంగా కనిపించి తీరుతాయి. స్థూల ప్రకృతి కంటే సూక్ష్మ ప్రకృతి మరింత శోభాయమానంగా ఉంటుంది. ప్రతి వస్తువూ ప్రాణశక్తితో దివ్యంగా వెలుగులు విరజిమ్ముతూ ఉంటుంది. బహూశా ప్రాణశక్తి మెరుస్తున్న కణాల రూపంలో మీ కళ్ళకు దర్శనం ఇవ్వవచ్చు కూడా. విశ్వానికి ఆధారమైన ఈ ప్రాణశక్తిని ఈ భూమి మీదే మీరు దర్శించవచ్చు. ఈ మార్గంలో మీరు వెళ్తూ ధైర్యాన్నీ అనంతమైన శక్తినీ సంపాదించుకోగలుగుతారు.

ఉన్న ఒకే ఒక ఇబ్బంది ఏమిటంటే మీరు మీతో బాటు ఏ వస్తువునూ పట్టుకెళ్ళలేరు -ఏ వస్తువునూ ఎక్కడి నుంచీ పట్టుకుని రాలేరు. నిజానికి కొన్ని ప్రత్యేక పరిస్థితులలో ఇది సాధ్యమే - గొప్ప సాధనతో ఈ శక్తినీ సిద్ధింపజేసుకోవచ్చు - యోగ విద్యను సాధించిన భవిష్యవాణి సిద్ధులను పొందిన వారి ముందు నువ్వు సాక్షాత్కరింపగలుగుతారు. కానీ ఏ రోగి ముందు సాక్షాత్కరించి అతని జబ్బులను గురించిన చర్చను మాత్రం మీరు చేయగలగడం అంత సులభం కాదు. ఎంచేతనంటే అలాంటి విద్యలను కూడా ముందుగా అధ్యయనం చేసి ఉండాలి కాబట్టి. ఓ షాపులోకి దూరి అక్కడ ఏఏ వస్తువులు ఉన్నాయో, రేపు పొద్దున్న షాపుకు వచ్చి ఏఏ

వస్తువులను కొనుక్కోవచ్చో ముందుగా నిర్ణయించుకోవచ్చు. ఈ పని సర్వసమ్మతమే. సూక్ష్మదేహంతో మీరు ఆ షాపులోని వస్తువులను పరిశీలిస్తున్నప్పుడు ఆ వస్తువు నాణ్యతలోని లోపాలు మీ కళ్ళకు ఇట్టే కనబడుతాయి - ఆ వస్తువుల ధరలు మాత్రం చుక్కల్లో ఉండవచ్చు. బహుశా మీరు సూక్ష్మశరీరంతో ఉంటున్నప్పుడు మళ్ళీ మీరు మీ స్థూలశరీరంలోకి తిరిగి చేరుకోవాలనుకున్నారనుకోండి, ఈ పరిస్థితిలో మీరు పూర్తి ప్రశాంతత్వంతో ఉండాలి. మీ స్థూలశరీరం గురించి మీరు ఆలోచించాలి. ఈ స్థూలదేహాన్ని స్మరించి అందులోకి తిరిగి వెళ్ళాలని సంకల్పించాలి. వెంటనే అత్యంత వేగంతో చేసే ప్రయాణం తాలూకు రంగుల ఛాయలు మీ చుట్టూ అలుము కుంటాయి - లేకపోతే మీరు ఎక్కడ ఉన్నా వెంటనే అదే క్షణంలో మీ స్థూల శరీరం మీదకి సరిగ్గా సుమారు నాలుగు అడుగులు ఎత్తున ఉన్న ప్రదేశంలోకి నీ సూక్ష్మదేహం వచ్చి చేరుతుంది. మీ ప్రయాణం ముందు మీరు ఎలా ఉన్నారోఅలాగే ఇప్పుడు కూడా అదే పరిస్థితిలో

క్రింద మీ స్థూలదేహం మధ్యలో ఉన్న సిల్వరుకార్డ్ ఆరు అడుగుల ఎత్తులో మీ సూక్ష్మదేహమూ మెల్లగా ఊగిసలాడుతున్న పరిస్థితి. ఇప్పుడు మెల్లగా మీ స్థూల శరీరంలోకి తిరిగి తిరిగి వెళ్ళే ప్రయత్నం చెయ్యి. నెమ్మది, నెమ్మదిగా రెండు శరీరాలూ ఒక్కటిగా సంయమనం కావడం జరగాలి.

ఈ పని సరిగ్గా చెయ్యగలిగితే ఏ మాత్రం తొట్రుబాటూ, ఇబ్బందీ లేకుండా మీ స్థూల దేహంలోకి మీ సూక్ష్మదేహం ఇంకిపోతుంది. స్థూలదేహం బాగా చల్లగా ఉందన్న అనుభవమూ, బరువైన ద్రవ్యరాశీ ఉన్న దేహమూ అనే జ్ఞానమూ మాత్రం మీ ధ్యాసకు అందుతుంది.

అలా కాకుండా అడ్డదిడ్డంగా మీ స్థూలదేహంలోకి మీ సూక్ష్మదేహం జొరబడితే గానీ, లేక స్థూల శరీరంలోకి విసురుగా వచ్చిపడితే (ఎవరో అటువైపు రావడం వల్ల) గానీ ఆ తరువాత మీకు తలనొప్పి - మైగ్రేన్ టైపులో వచ్చే తలనొప్పి - వచ్చి తీరుతుంది. ఈ తలనొప్పి రాగానే పడుకుని నిద్ర పోవడానికి మీరు ప్రయత్నించాలి - లేకపోతే - మళ్ళీ ఓసారి సూక్ష్మశరీరంతో బయటకు వచ్చి మళ్ళీ సరైన పద్ధతిలో స్థూలశరీరంలోకి నెమ్మదిగా

సర్దుకుంటూ దిగాలి. రెండు శరీరాలూ సరియైన పద్ధతిలో కూడి ఉంటే తప్ప ఈ తలనొప్పిని తప్పించుకునే మరో పద్ధతి లేదు. కానీ ఇది వర్రీ కావల్సిన విషయం ఏ మాత్రం కాదు - క్షణంలో మళ్ళీ బయటకు వచ్చి సర్దుబాటు చేసుకుని స్వస్థత పొందవచ్చు లేకపోతే సులభంగా అలాగే పడుకుని నిద్రపోయి లేవవచ్చు.

స్థూలశరీరంలోకి తిరిగి వచ్చిన తరువాత ఆ శరీరం బిగువుగా ఉండడాన్ని కొన్నిసార్లు గమనించవచ్చు. బాగా తడిసిపోయి బరువెక్కి ఉన్న డ్రెస్సును మీరు ధరించాల్సి వస్తే ఎలా ఉంటుందో ఈ శరీర పరిస్థితి కూడా ఇంచుమించు అలాగే ఉంటుంది. కొంత సర్దుకుని ఉండగలిగేంత వరకూ "మళ్ళీ ఎందుకు ఈ దేహంలోకి తిరిగి వచ్చామా మనం?" అని అనిపించవచ్చు. సూక్ష్మదేహంతో ఉన్నప్పుడు కన్పించే దివ్యమైన రంగులు ఈ స్థూలదేహంతో ఉన్నప్పుడు మసకగా కాంతిహీనంగా గోచరిస్తాయి. అనేక కాంతి వర్ణాలు స్థూలదేహపు కన్నులకి కన్పించవు. కానీ ఇలాంటి చిన్ని చిన్ని విషయాలను మీరు పట్టించుకోవద్దు. నువ్వు ఈ భూమి మీదకు ఏ విద్యో విషయమో నేర్చుకోడానికి వచ్చారు. అవి నువ్వు నేర్చుకోగానే ఈ ఐహిక బంధాలు మీకు తొలగిపోతాయి. మళ్ళీ మీ స్వాతంత్ర్యం మీకు తిరిగి వస్తుంది. చివరిసారిగా మీ శరీరాన్ని వదలిపెట్టి భూమి మీది మీ బంధాలనన్నింటినీ - సిల్వర్‌కార్డ్‌తో సహా - పూర్తిగా తెంపేసుకుని సూక్ష్మలోకాలకన్నా ఎన్నోరెట్లు గొప్పదైన ఉత్తమ పదానికి మీరు చేరుకుంటావు.

ఈ సూక్ష్మశరీరయానాన్ని అభ్యసించండి. మళ్ళీ అభ్యసించండి. ఇంకా ఇంకా అభ్యసిస్తూనే ఉండండి. మీ భయాలన్నింటినీ విసర్జించండి. ఏ విషయానికీ భయపడకు మీకు ఏ ఆపదా రాదు. ఆనందమే మీకు మిగులుతుంది.

పదవ పాఠం

సూక్ష్మశరీరయానం-II

ఇదివరకే మేము చెప్పాం - "దేనికీ భయపడనక్కరలేదు ఒక్క భయానికి తప్ప" అని; సూక్ష్మశరీరయానం చేస్తున్న వ్యక్తికి భయం కలుగకుండా ఉన్నంతవరకూ ఎటువంటి ఆపదా సంభవించదు - ఎంత దూరాలకు వెళ్తున్నా, ఎంత వేగంతో వెళ్తున్నా! అయితే, మీరు ఓ ప్రశ్న అడగవచ్చు, భయపడేందుకు ఏముంటుందని? ఈ పాఠం "భయం" అనే విషయానికి పూర్తిగా కేటాయిస్తూ ఏయే విషయాల గురించి మనం భయపడకుండా ఉండాలో తెలుసుకుందాం.

భయం ఓ విరుద్ధ స్వభావం. సునిశిత పరిశీలనా శక్తి గల మన మేధస్సును భయం మొద్దుబారేలా చేస్తుంది. ఏ విషయం కోసం మనం భయపడినా, అది ఎలాంటి భయమైనా ఏదో విధంగా మనకు భయం వల్ల చివరకి హాని జరుగుతుంది.

సూక్ష్మశరీర యానం చేద్దామని అనుకునేవాళ్ళకు శరీరంలోకి మళ్ళీ తిరిగి రాలేమోననే భయం కలుగుతుంది. తప్పక ప్రతి ఒక్కరూ తిరిగి శరీరాల్లోకి వస్తారు - మరణం సంభవిస్తున్న ఒకే ఒక్క పరిస్థితిలో తప్ప-ఆయుష్షు పూర్తయిన వాళ్ళు మాత్రం వెనక్కి రాలేరు. ఈ "చావు పరిస్థితికీ సూక్ష్మశరీరయానానికీ ఏ సంబంధమూ లేదు" అనే విషయాన్ని మీరు అందరూ తప్పక ఒప్పుకుంటారు కదూ! బాగా భయపడిన వ్యక్తి నిశ్చేష్టుడైపోయి అసలు ఉన్న చోటు నుంచి కదలలేని పరిస్థితి రావచ్చునని మేము

ఒప్పుకుంటున్నాము. అప్పుడా వ్యక్తి ఏమీ చేయలేని స్థితిలో ఉంటాడు. ఒకవేళ ఆ భయపడుతున్న వ్యక్తి ఆ సమయానికి సూక్ష్మశరీరాన్ని ధరించి తిరుగుతూ వుంటే సూక్ష్మశరీరం కూడా ఉన్న చోట్లోనే ఆగిపోయి కదలలేని స్థితికి వచ్చేస్తుంది. ఇలాంటి సమయాల్లో మళ్ళీ ఆ వ్యక్తి తన స్థూల శరీరాన్ని చేరుకోవడానికి కొంత ఆలస్యం జరగవచ్చు - భయపు తీవ్రత నుంచి ఆ వ్యక్తి నెమ్మదిగా కోలుకునేవరకూ. ఏ భయమూ ఎల్లకాలం ఉండదు కదా! ఒకే స్థాయిలో ఏ వ్యక్తి భయపడుతూ ఉండిపోలేడు! కొంతసేపు అయిన తరువాత నెమ్మదిగా ఆ వ్యక్తి భయం నుంచి తేరుకుంటాడు. స్థూలశరీరానికి తిరిగి రావడానికి భయపడ్డ మనిషి కొంత సమయం ఆలస్యం చేసు కుంటాడు.

ఈ భూమి మీద జీవిస్తున్నది కేవలం మనం మాత్రమే ఎలాకామో, సూక్ష్మలోకాల్లో తిరిగే జీవులు కూడా కేవలం మనం మాత్రమే కాము. ఈ భూగోళం మీద మనకు ముచ్చట గొలిపే పిల్లులూ, కుక్కలూ, గుర్రాలూ, పక్షులూ ఇలాంటివి ఎలా కన్పిస్తున్నాయో అలాగే కరిచి వికారం పుట్టించే క్రిమికీటకాలూ, హాని కలిగించే సాలీళ్ళూ కాటేసి విషంకక్కే పాములు కూడా ఉన్నాయి; చీకాకు, అసహ్యం పుట్టించే క్రిమి కీటకాలూ, హాని కలిగించే సూక్ష్మజీవులు కూడా ఉన్నాయి. ఎప్పుడైనా ఈ సూక్ష్మజీవుల్ని ఓ శక్తివంతమైన మైక్రోస్కోపులోంచి చూశారంటే మీకు కనిపించే వాటి వికృత ఆకారాలకి మీ మతిపోయి ఏడైనోసార్ల యుగంలోకో మీరు వెళ్ళిపోయారేమోననే ఆలోచన తెచ్చుకుంటారు. విశ్వసూక్ష్మలోకాల్లో భూమి మీద దర్శనమిచ్చే విచిత్ర జీవులకన్నా ఎన్నోరెట్లు వింతైన జీవరాసుల్ని మీరు చూడవచ్చు. సూక్ష్మలోకాల్లో అద్భుతమైన జీవరాసులనూ, వ్యక్తులనూ, మహామహులనూ చూడవచ్చు. "ప్రకృతి దేవతల"నే పేరుతో మనం ఈ సూక్ష్మలోకాల్లోని ఉత్తములని తలచుకుంటూ ఉంటాం. ఈ ప్రకృతి దేవతలు మనకు ఎంతో శ్రేయస్సును కలుగజేస్తూ ఉంటారు. ఈ లోకాల్లో భయంకర స్వరూపాలతో దృగ్గోచర మయ్యే రాక్షసులూ, వికృత భూతాలనూ కూడా చూడవచ్చు. బహూశా వీళ్ళను దర్శించగలిగిన కవులే సాహిత్యంలో - పురాణాల్లో రాక్షసుల వర్ణనలను

చేశారేమోనని మనకు అనిపిస్తుంది. ప్రకృతి పరిణామక్రమంలో క్రింది తరగతుల్లో ఇట్లాంటి జీవులు ఉంటాయి. కాలక్రమేణా ఇందులో కొన్ని మనుష్యులుగా రూపాంతరం చెంది జన్మించవచ్చు. భవిష్యత్ సంగతి ఎలా ఉంటుందో కానీ ప్రస్తుతం మాత్రం ఈ ఘోర రూపాలు దర్శించడం దుర్లరం.

మనం ఇక్కడ ఓ క్షణం ఆగి చిత్తుగా త్రాగే త్రాగుబోతులకు కన్పించే "పింక్ ఏనుగులు" ఇంకా అలాంటి నిజంగా ఉన్న జీవుల గురించి మాట్లాడుకుంటే మంచిదేమోనని అనిపిస్తోంది. బాగా త్రాగే అలవాటు ఉన్న వాళ్ళు వాళ్ళకు తెలియకుండానే సూక్ష్మశరీరంతో విహరిస్తూ అత్యంత అధమ లోకాల్లో ఇలాంటి జంతు జాలాలని నిజంగా దర్శిస్తూ ఉంటారు. మళ్ళీ మన లోకం లోకి తిరిగి వచ్చాక - నిజానికి ఎప్పుడూ పూర్తిగా మనలోకంలో వాళ్ళు ఉండరనుకోండి - ఇది వేరే విషయం - సరే తిరిగివచ్చాక ఎక్కడో ఏవో విచిత్ర జీవుల్ని, జంతువుల్ని చూసిన అనుభవం వాళ్ళ బుర్రల్లో మెదుల్తూ వుంటుంది. బాగా త్రాగితే సూక్ష్మశరీరయానం చేసి వచ్చి ఆ విషయాలను గుర్తుంచుకోవడం సాధ్యమే అయినప్పటికీ ఈ పద్ధతిని మీకు బోధించే ప్రయత్నం చెయ్యం - ఎందుకంటే త్రాగుబోతులు చేరగలిగేది అత్యంత హీనమైన సూక్ష్మలోకాలు మాత్రమే. ఉత్తమ లోకాలకు వాళ్ళు వెళ్ళలేరు. పిచ్చాసుపత్రిలో డాక్టర్లు ప్రయోగించే కొన్ని డ్రగ్స్ కూడా ఇలాంటి అనుభవాలను అందించే శక్తి కలిగి ఉంటాయి. ఉదాహరణకి వాళ్ళు వాడే "మెస్కలిన్" అనే డ్రగ్ ఓ మనిషిని వెంటనే స్థూల శరీరంలోంచి సూక్ష్మశరీరాన్ని బయటకు లాగి సూక్ష్మలోకాల్లో ప్రవేశపెట్టగల సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంది. ఈ డ్రగ్ ఓ మనిషి ప్రకంపనాల్ని (వైబ్రేషన్స్‌ను) క్షణాల్లో మార్చేయగలదు. సూక్ష్మశరీరయానం చెయ్యడానికి ఇలాంటి పద్ధతిని కూడా మేము సిఫారసు చెయ్యం. మద్యమూ, డ్రగ్స్ ఉపయోగించి సూక్ష్మశరీరయానాన్ని ప్రాక్టీసుచేస్తే ఓ మనిషికి తీవ్రమైన అనారోగ్యం ప్రాప్తించడమే కాకుండా అతడి పూర్ణాత్మకి కూడా అంతులేని హాని కలుగుతుంది.

మళ్ళీ మనం మూలప్రకృతి జీవుల వద్దకే తిరిగి వద్దాం. మూల ప్రకృతి జీవులంటే ఎవరు? అంటే ప్రకృతిలో మొదటి తరగతుల్లో నిర్మింపబడుతున్న

జీవరాసులని అర్థం; "మానసపుత్రుల" కంటే కొంచెం పెద్ద తరగతుల్లో ఈ జీవరాశులు ఉంటాయి. ఈ "మానసపుత్రులు" (thought form) ఎలా ఏర్పడతారంటే మానవుడి చేతన అచేతన స్థితుల్లో ఊహింపబడిన రూపాల ప్రతిబింబాలు మాత్రమే. వీటి జీవితాలు ఊహా మాత్రంగానే ఉంటాయి. నిజమైన జీవం వీటికి వుండదు. నైలు నాగరికత కాలంలో పిరమిడ్ల నిర్మాణం జరిగే రోజుల్లో, ఆ పిరమిడ్ల లోపల మరణించిన ఫారోల శవాలతో బాటు అపార సంపదల్ని ఆఫారోల - రాణుల - ఆస్తుల రక్షణ కోసం ఈజిప్టు పురోహితులు తమ మానసిక కేంద్రీకృత శక్తులతో ఇలాంటి మానసపుత్రులని సృష్టించి ఈ పిరమిడ్లలో కాపలాగా ఉంచేవారు. ఆ నిధుల్ని దోచుకోవడానికి ప్రయత్నించే దొంగల చైతన్యం మీద ఈ కాపలాకాస్తున్న మానసపుత్రులు తీవ్రమైన అలజడిని సృష్టించి వాళ్ళని విపరీతంగా హడలగొట్టి దొంగతనం చేయాలన్న ఆశ నుంచి విరక్తుల్ని చేయడానికే ఈ మానసపుత్రుల సృష్టి చేయబడేది. ఈ మానసపుత్రుల గోల మనకి అనవసరం. కేవలం కాపలా డ్యూటీలు చేసే ఈ మానసపుత్రులకు ఆలోచించే బుర్రలు ఉండవు. మూర్ఖంగా దొంగల్ని బెదిరించే స్వభావం తప్ప. వీటి సృష్టికర్తలైన పురోహితుల లాంటి వారు మరణించినా ఇవి తమ డ్యూటీల్ని చేస్తూనే ఉంటాయి. వీటి సంగతి వదిలిపెట్టి మూల ప్రకృతి జీవుల గురించి తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం.

ఇందాక మనం చెప్పకున్నట్టుగా మూల ప్రకృతి జీవులు ప్రకృతిలో చాలా క్రింది తరగతుల్లో ఉన్న జీవరాశులు. మనలోకంలో కోతులకు ఎలాంటి స్థానం ఉందో సూక్ష్మలోకాల్లో ఈ మూల ప్రకృతి జీవులకు అలాంటి స్థానమే ఉంది. మన కోతులు చపల చిత్తాలను కలిగి ఉంటాయి. ఏదో వెకిలి చేష్టలు చేస్తూ ఉంటాయి. ఉట్టి పుణ్యానికి తగవులు పెట్టుకుంటూ అరచుకుంటూ పోట్లాడుతూ వుంటాయి. వీటికి అంతగా ఆలోచనాశక్తి ఉండదు. కుప్పగా పోసిన ప్రోటోప్లాజపు ముద్దలుగా వీటిని అనుకోవచ్చు. ఎటొచ్చీ ఈ ముద్దలు కదుల్తూ ఉంటాయి అంతే. సూక్ష్మలోకాల్లో మన లోకంలోని కోతుల లాగే మూల ప్రకృతి జీవులు అర్థం పర్థం లేకుండా కాలాన్ని వెళ్ళదీస్తూ ఉంటాయి.

అనేక వెర్రి వేషాలు వేస్తూ వెర్రికేకలు వేస్తూ దడ పుట్టించే ఫోజుల్ని తమ ముఖాల మీదకు తెచ్చుకుని సూక్ష్మశరీరయానానికి తమ లోకాలల్లోకి వచ్చిన సూక్ష్మశరీర ధారుల్ని బెదిరించే ప్రయత్నాలు చేస్తూ మీద మీదకి యుద్ధానికి వస్తున్నట్లు తరిమే ప్రయత్నం చేస్తాయి - అంతే తప్ప - నిజానికి ఎటువంటి హానీ చెయ్యలేవు.

మీరు ఎప్పడైనా దురదృష్టవశాత్తూ ఓ పిచ్చాసుపత్రికి వెళ్ళి వచ్చి ఉంటే అక్కడ కొందరు ముదురు పిచ్చాళ్ళ చేష్టల్ని గమనించే ఉంటారు. భయంకరంగా మొఖాలు పెట్టుకుని కొందరు పిచ్చివాళ్ళు మన మీదకి వచ్చేసే ప్రయత్నాలు చేస్తారు. మనం కొంచెం ఉరిమినట్లు స్థిరంగా వాళ్ళ వంకకి గట్టిగా నిలచి చూస్తే- బలహీనమైన మనస్సు ఉన్నవాళ్ళు కాబట్టి-వాళ్ళు వెంటనే వెళ్ళిపోవడం గమనించి ఉండవచ్చు.

అట్టడుగు సూక్ష్మలోకాల్లో విహరిస్తూన్నప్పడు ఇలాంటి కొన్ని జీవుల్ని మీరు చూడొచ్చు. ఒక్కోసారి ఓ పిరికియాత్రికుడు వాళ్ళ మధ్య ఇరుక్కునే పరిస్థితి ఏర్పడవచ్చు. అలాంటి సమయంలో ఈ మూలప్రకృతి జీవులు ఈ పిరికి యాత్రికుడి చుట్టూ మూగి గోల చేస్తాయి. కానీ, నిజానికి ఇందులో ప్రమాదం ఏదీ లేదు. ఈ జీవులు ఎవ్వరికీ హాని చెయ్యలేవు, వాటికి ఈ యాత్రికులు నిజంగా భయపడితే తప్ప. సూక్ష్మశరీరయానాన్ని కొత్తగా మొదలు పెట్టిన సాధకుడి వద్దకు ఇలాంటి జీవులు రెండు, మూడు కలసి పోగై అతడి దారి కాస్తాయి - అతడేం చేయగలడో చూసేందుకు. మన నిజ జీవితంలో కూడా ఎవరైనా కొత్తగా కారు డ్రైవింగు నేర్చుకుంటూ ఉంటే ఇలాంటి రకం మనుష్యులే కొందరు అక్కడే తిష్టవేసి కూచుని వుంటారు - ఆ డ్రైవరు ఏదైనా తప్పలు చేసి ఉక్కిరి బిక్కిరి అవుతూ ఉంటే చూసి ఆనందించడానికి. వాళ్ళకు ఉత్సాహం కల్గించే ఉపద్రవాలు ఏవైనా జరుగుతే బాగుంటుందని వాళ్ళు ఎదురుచూస్తూ ఉంటారు. కారు వెళ్ళి ఓ స్థంభానికో, గోడకో గుద్దుకుంటే వీళ్ళ ఆనందానికి అంతు ఉండదు. ఇలాంటి వాళ్ళు నిజంగా ఆ డ్రైవరుకు నిజమైన ఆపద కలగాలని కోరుకోరు. పైసా ఖర్చు లేకుండా ఉచితంగా ఇలాంటి తక్కువ స్థాయి ఆనందం పొందడమే వాళ్ళ

అభిలాష. మూలప్రకృతి జీవులు కూడా సరిగ్గా ఇలాంటి చవకబారు ఆనందాన్ని ఆకాంక్షిస్తూ ఉంటాయి. సూక్ష్మశరీరయానం చేసే వాళ్ళు ఈ జీవుల్ని చూసి కాస్త బెదిరితే చాలు వాళ్ళని ఏడిపించి అవి ఆనందించాలని ప్రయత్నాలు చేస్తాయి - భయంకరంగా మొఖాలు పెట్టో, ఇకిలిస్తూనో ఏదో ఒక పద్ధతిలో సూక్ష్మలోక యాత్రికుడికి ఏ హానీ ఇవి చెయ్యలేవు; ఉత్తినే కుక్కల్లాగా ప్రవర్తిస్తూ ఉంటాయి. కుక్కలు అరుస్తూ గోలచేస్తాయని మీకు తెలుసు. మొరిగే కుక్కలు కరవవని కూడా మీకు తెలుసుగా? మనిషి భయాన్ని విడచి పెట్టేంతవరకూ వీటి అరుపులు ఆగవు.

భయపడకండి మీకు ఏ ప్రమాదమూ రాదు. స్థూలదేహాన్ని విడిచిపెట్టి సూక్ష్మశరీరధారులై రివ్వున ఎగిరిపోండి. నూటికి తొంభై లేక తొంభైతొమ్మిదిసార్లు ఇలాంటి జీవులు మీకు అసలు కనబడకుండానే పోవచ్చు. మీరు భయపడుతూ ఉన్నప్పుడే ఈ జీవులు మీకు కనిపించడం జరుగుతుంది. బాగా "ఎత్తులో" ఉన్న సూక్ష్మలోకాల్లో ఈ జీవులు మీకు అస్సలు కనిపించవు. ఎంచేతనంటే క్రిమికీటకాలూ, పురుగులూ నీటి అడుగుకు చేరినట్టే సూక్ష్మలోకాల్లో అడుగుభాగాల్లోనే ఇలాంటి జీవులు ప్రోగయి ఉంటాయి.

సూక్ష్మలోకాల్లో పై పైకి వెళ్ళుతున్న కొద్దీ మీకు అనేక వింతలు కనిపిస్తాయి. దూరంగా మీకు జిగేలుమని మెరిసే కాంతి రేఖలు గోచరిస్తాయి. ప్రస్తుతానికి మీకు ఇంకా అందుబాటులోకి రాని సూక్ష్మలోకాల నుంచి ఈ కాంతిరేఖలు మీకు గోచరిస్తూ వుంటాయి. అనంత విశ్వంలో మనం ఇదివరకు ఊహించిన "పెద్ద పియానో 'కీ' బోర్డ్" గుర్తుంది కదూ? మానవ శరీరాన్ని ధరించి వున్న మనం రక్తమాంసాల దేహంలో ఉన్నంతకాలం ఈ కీబోర్డ్‌లో మూడు, నాలుగు మెట్లకు మించి చూడలేం. గ్రహించలేం. స్థూలశరీరాన్ని విడచిపెట్టి సూక్ష్మశరీరంలో ఉన్నప్పడు మన దృక్పథం పరిధి పెరుగుతుంది. స్థూలదేహంలో ఉన్నప్పడు మనకు కనిపించని కొన్ని సత్యాలు సూక్ష్మదేహంతో స్పష్టంగా దర్శించవచ్చు. ఇలా పైపైకి మన దృక్పథపు పరిధి పెరుగుతూ వుంటే విశ్వంలో మనం ఊహించిన దానికంటే గొప్ప వస్తువులు ఉన్నాయన్న సత్యం మనకు స్పష్టంగా ఋజువు అవుతుంది. అలాంటి ఒకానొక

దివ్యమైన వస్తువులే మీకు కనిపించే ఆ జిగేలుమని మెరుస్తూ ఉన్న కాంతిపుంజాలు. ఇవి ఎంతో తీక్షణంగా వెలుగుతూ ఉండడం వల్ల నిజానికి ఆ వస్తువులు ఎలా వుంటాయో గ్రహించడానికి మీకు వీలుపడదు.

ప్రస్తుతానికి మధ్యభాగంలోని సూక్ష్మలోకాల వరకు వచ్చిన మన ప్రయోగాన్ని ఆపుదాం. ఈ లోకంలో మీ బంధువుల్నీ, మిత్రుల్నీ దర్శించవచ్చు. అన్ని దేశాలు తిరగొచ్చు. అక్కడి గొప్ప భవనాలను చూడవచ్చు. అక్కడ ఏ భాషలోని గ్రంధాలనయినా సులభంగా చదివెయ్యొచ్చు. మధ్యమ సూక్ష్మలోకాల్లో మీకు అన్ని భాషలూ తెల్సి వుంటాయి. సూక్ష్మశరీరయానం చేయడాన్ని మీరు బాగా అభ్యాసం చేయాలి. సూక్ష్మశరీరయానం మీకు ఎలా ఉంటుందో తెలుసుకోవడానికి వీలుగా ఇక్కడ ఓ వర్ణన ఇస్తున్నాం. ఇలాంటి అనుభవం మీ స్వంత అనుభవంగా సాధించే రోజు తప్పక వస్తుంది. మీరు చేసే అభ్యాసం ద్వారా !

పగలు అంతమై రాత్రిని ఆహ్వానించే వేళ ఆసన్నమౌతుంది. సాయం సంధ్యా వెలుగులు అరుణ వర్ణాన్ని విరజిమ్ముతూ మెల్లగా తమ రంగుల్ని తగ్గించేసుకుని అంధకారానికి తలువులు తెరుస్తున్నాయి. చీకట్లు ముదురుతున్నాయి. మొదట ఒకటి, తరువాత మరొకటి చివరకు చుట్టుప్రక్కలంతా విద్యుద్దీపాలు వెలిగి వెలుతురును ప్రసారం చేస్తున్నాయి. తెలుపు-నీలి దీపాలు రోడ్ల మీద వెలుగు నీడల్తో దారి చూపుతూ ఉన్నాయి. ఇళ్ళ కిటికీల్లోంచి మూసిన రెక్కల్లోంచి లేత పసుపురంగు కాంతులు బయటకు కనిపిస్తున్నాయి.

ఓ పరుపు మీద ఓ శరీరం సుఖంగా రెస్ట్ తీసుకుంటూ పడుకుని ఉంది. కాస్సేపయ్యాక మెల్లగా ఏదో కదిలినట్లు కిర్రుమనే చప్పడు వినవచ్చింది. ఏదో నెమ్మదిగా తేలుతున్నట్టు, పక్కకి కదుల్తూన్నట్టు శరీరం మొత్తం తక్కువ స్థాయిలో దురదలు కలిగిన అనుభూతి కలిగింది.

శరీరం నుంచి ఏదో విడివడినట్టు అనుభవం కలిగింది. శరీరం లోంచి ఓ "మసక మేఘం" లాంటిది మీదకొచ్చి మెరిసే వెండి తీగ ప్రోగు (సిల్వర్ కార్డు)కు అంటుకుని గాల్లో తేలుతూ వుంది. మెల్లగా ఈ మేఘం కాస్త అటూ, ఇటూ కదలి మెలి తిరిగింది. ఈ శరీరం కొంత ఎత్తుకు గాల్లోకి

లేచి మళ్లీ కాస్త దిగి మంచం మీద పడుకుని ఉన్న శరీరం వంక చూస్తోంది. మంచం మీద శరీరం నుంచి వస్తున్న సిల్వర్ కార్డ్ మంచం పక్కన నిలబడి ఉన్న మేఘంలాంటి సూక్ష్మశరీరానికి వచ్చి కలుస్తోంది.

గదిలో కదిలే నీడలు మూలల్లోకి నక్కి దాక్కుంటున్నాయి -భయపడుతున్న జంతువులలాగా. సిల్వర్ కార్డ్ వేగంగా కంపిస్తోంది. పాలిపోయిన లేత నీలి వెండి ఛాయతో సిల్వర్ కార్డ్ మెరుస్తోంది. సూక్ష్మశరీరం కూడా నీలి రంగును ప్రతిబింబిస్తోంది. సూక్ష్మశరీరం ఓసారి అటూ, ఇటూ చూసి మళ్లీ పడక మీది స్థూలశరీరం వైపు తన దృష్టిని ప్రసరించింది. కళ్ళు మూసుకున్న ఆ దేహంలో చలనం లేదు. ఎక్కడా అలజడి లేదు. ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసాలు ప్రశాంతంగా తేలిగ్గా సాగుతున్నాయి. సిల్వర్ కార్డ్ ప్రకంపనలు కూడా తగ్గిపోయాయి. అందువల్లా ఎక్కడా ఏ ఇబ్బందీ ఉన్నట్టు ఆధారాలు లభించడం లేదు.

తృప్తిపడ్డ శరీరం నిశ్శబ్దంగా నెమ్మదిగా గాల్లోకి లేస్తోంది. ఇంటి పైకప్పు లోంచి బయటకు వచ్చి నిశీథి గాలుల్లోకి దారితీసింది. సిల్వర్ కార్డ్ పొడవు అంతకంతకు పెరుగుతోంది కానీ అది సన్నబడటం లేదు. ఓ గ్యాస్ బెలూన్‌ను దారంతో ఇంటికి కట్టివేసినట్టుగా సూక్ష్మశరీరం, సిల్వర్ కార్డ్ కనిపిస్తున్నాయి. సూక్ష్మశరీరం ఇంకా ఎత్తుకు ఎగిరింది. యాభై, వంద, రెండు వందల అడుగుల ఎత్తు వరకూ ఎగిరిన తరువాత సూక్ష్మశరీరం ఓసారి ఆగి, తాపీగా బద్ధకంగా గాల్లో తేలియాడుతూ అన్ని వైపులకూ చూసింది.

వీధిలో ఉన్న అన్ని ఇళ్ల లోంచి ఆకాశంలోనికి లేత నీలిరంగు గీతలు ఎవరో గీసినట్లు కన్పిస్తున్నాయి. ఇవన్నీ అనేక శరీరాలను కలుపుతూ ఉన్న సిల్వర్ కార్డ్‌లే! ఈ సిల్వర్ కార్డ్‌లన్నీ ఆకాశంలోకి వెళ్లి మాయమైపోతున్నాయి. మానవులందరూ రాత్రి వేళలలో సూక్ష్మదేహాలతో బయటకు వచ్చి సూక్ష్మశరీరయానం ("ఆస్ట్రల్ ట్రావెల్") చేస్తూ వుంటారు. ఆ విషయం వాళ్లకు తెలిసినా తెలియకపోయినా అభ్యాసం చేస్తున్న కొంత మంది ఆత్మజ్ఞానులకు మాత్రం సూక్ష్మలోకయాత్రలో వాళ్ళు చేస్తున్న పనులన్నీ వాళ్ల అనుభవాలు అన్నీ వాళ్ళు స్థూలశరీరంలోకి తిరిగి వచ్చిన తరువాత కూడా గుర్తుంటాయి.

మనం ప్రస్తుతం గమనిస్తున్న సూక్ష్మశరీరం ఇళ్ల కప్పుల మీద చాలా ఎత్తులో గాల్లో తేలుతూ "ఎటు వెళ్లాలా?" అని ఆలోచిస్తూ ఉంది. చివరకు చాలా దూరంలో ఉన్న ఓ ప్రాంతానికి వెళ్లాలని నిర్ణయించుకుంది. అలా నిర్ణయం జరిగిన క్షణాన్నే ఊహించలేనంత వేగంతో - అంటే ఇంచుమించు మనోవేగంతో - ఆ సూక్ష్మదేహం భూమి మీదా, సముద్రాల మీదా రివ్వున ఎగుర్తోంది, ముందుకు సాగుతోంది. సముద్రం మీద నుంచి సూక్ష్మదేహం సాగిపోతూ ఉంటే క్రింద ఉవ్వెత్తున తెల్లటి నురగుల్ని పైకి లేస్తున్న పెద్ద అలలు ఎగిరిపడుతున్నాయి. ఈ ప్రయాణంలో ఓ సముద్రం మీద అలజడిలో వెళ్తున్న ఓ పెద్ద నావనీ, అందులో వెలుగుతున్న దీపాల కాంతుల్నీ, ఆ నావ డెక్ మీద నుంచి వినవస్తున్న సంగీత నాదాలనీ సూక్ష్మశరీరం గమనించింది. సూక్ష్మశరీరం వేగంగా ముందుకు కదుల్తూ కాంతి వేగాన్ని దాటి పయనించి చీకటి పడక ముందు జరుగుతున్న సాయంత్రంలోకి పయనించింది. అలాగే మిట్ట మధ్యాహ్నం వేళలో తను ఏ ప్రాంతానికి ప్రయాణాన్ని సంకల్పించిందో ఆ నగరం మీదకు చేరి అక్కడ నుంచి నెమ్మదిగా క్రిందకు దిగసాగింది. అత్యంత సన్నిహితులూ, బంధువులూ, ప్రేమపాత్రులూ ఉన్న ఆ నగర వీధుల్లోకి స్థూలశరీరాలతో రోడ్ల మీద నడుస్తున్న జనాల మధ్యలోకి ఏ మాత్రం చప్పుడు లేకుండా ఎవరి కళ్లలోనూ పడకుండా సూక్ష్మశరీరం నేల మీదకు దిగింది.

చాలా సమయం గడచిపోయిన తరువాత సూక్ష్మశరీరాన్ని వెనక్కు గుంజుతున్నట్టు జ్ఞానం కలిగింది. సిల్వర్‌కార్డ్ సూక్ష్మశరీరానికి సంకేతం పంపుతోంది. సుదూర దేహంలో నిద్రిస్తున్న స్థూలశరీరం కాబోతున్న సూర్యోదయాన్ని గుర్తిస్తూ సూక్ష్మశరీరాన్ని వెనక్కి రమ్మని ఆజ్ఞ ఇస్తున్న తరుణం ఆసన్నమయింది. సూక్ష్మశరీరం ఇంకా కొంతసేపు తటపటాయించింది, కానీ చివరికి ఆ ఆజ్ఞకి లోబడక తప్పింది కాదు - హెచ్చరికలు ఎక్కువ అయ్యేసరికి. సూక్ష్మశరీరం గాల్లోకి లేచి ఓ క్షణం స్థిరంగా నిలబడి సముద్రం మీద వలస నుంచి స్వదేశానికి తిరిగి వచ్చే పక్షిలాగా రివ్వుమనని పయనించి - సముద్రాలు, దేశాలు అధిగమించి క్షణమాత్రకాలంలో తాను బయలుదేరిన ఇంటి మీద చప్పున ఆగి నిలబడింది. మిగతా సిల్వర్ కార్డ్‌లూ అల్లాడుతూ

మిగతా శరీరాలని వెనక్కి రమ్మని తీవ్రంగా సంకేతాలను పంపు తున్నాయి. కొన్ని శరీరాలు తిరిగి వచ్చేస్తున్నాయి. మనం గమనిస్తున్న సూక్ష్మశరీరం పైకప్పు లోంచి మునిగి లోపలికి దూరి పక్క మీద ఉన్న తన భౌతిక కాయం మీద సమాంతరంగా స్థిరపడి నెమ్మది నెమ్మదిగా స్థూల శరీరంలోకి జారుకుంటూ చక్కటి కౌశల్యంతో స్థూల దేహంలోకి అద్భుతంగా సర్దుకుంది. ఓ క్షణం సూక్ష్మ శరీరానికి బాగా చల్లబడిపోయి ఉన్న స్థూల శరీరపు చల్లదనమూ, పైన బరువుగా పడుతున్న స్థూల శరీరపు బరువూ అనుభవమైంది. దూదిపింజలాగా ఎగురుతున్నప్పటి స్వేచ్ఛ మాయమైంది. ఇప్పటివరకూ పరిశీలించిన దివ్యమైన రంగులన్నీ మాయ మయ్యాయి. వాటి బదులు చల్లటి దేహం బాలినపడింది. వెచ్చటి వంటి మీద బాగా తడిసిపోయి నీళ్ళు ఓడుతున్న డ్రస్సును ధరించినట్లు సూక్ష్మశరీరానికి అనిపించింది.

పడక మీద శరీరం కదిలింది - కళ్ళు తెరచుకున్నాయి. కిటికీలోంచి దూసుకొస్తున్న బాలభానుడి లేత రశ్మిని పరికించిన ఆ దేహం "నాకు రాత్రి జరిగిన అనుభవాలన్నీ గుర్తున్నాయి" అంది.

మీరు కూడా ఇలాంటి అనుభవాన్ని పొందవచ్చు. మీరు సూక్ష్మశరీరాల్తో సూక్ష్మలోక విహారాలను పూర్తి చైతన్యంతో చేయొచ్చు. మీరు ప్రేమించే వ్యక్తులని చూడవచ్చు. మీరు ఎంత గాఢంగా ప్రేమిస్తారో అంత సులభంగా వాళ్ళ వద్దకి చేరుకోవచ్చు. ఇందుకు కావల్సిందల్లా సాధన - మరింత సాధన - మాత్రమే. ప్రాచీన ప్రాచ్యకథలు ఏం చెబుతున్నాయంటే పూర్వం అందరూ సూక్ష్మశరీర యానాలు చేసేవారనీ; కానీ ఎందరో దాన్ని సక్రమంగా వినియోగించకుండా విపరీత పోకడలు పోవడం వల్ల వారి నుంచి ఆ శక్తులను తిరిగి తీసేసుకోవడం జరిగిందనీ మంచి ఆలోచనలతో స్వచ్ఛంగా ఉన్నవారికీ మంచి మనసు ఉన్నవారికీ గుదిబండలాంటి దేహం నుంచి సులభంగా యథేచ్ఛగా సంచారం చెయ్యగల వీలును సాధన కల్పిస్తుంది.

ఈ సాధన అయిదు నిమిషాల్లోనో, అయిదు రోజుల్లోనో సిద్ధించదు. సంపూర్ణంగా " నేను సూక్ష్మశరీరయానాన్ని చెయ్యగలను " అని ఊహించ

గలిగి ఉంటేనే ఇది సాధ్యం. మీరు ఏం చెయ్యగలమని అనుకుంటారో ఆ పనులనే మీరు చెయ్యగలరు. మీరు నమ్మిన, మనస్ఫూర్తిగా విశ్వసించిన, పనులను మాత్రమే మీరు చేయగలరు. విశ్వసించండి, నమ్మండి.

మళ్ళీ ఇంకోసారి మీరు ఏ మాత్రం భయపడకండి. మీకు ఏ ఆపదా రాదు. ఎంత భయంకరమైన మూల ప్రకృతి జీవులు కన్పించినా - నిజానికి కన్పించక పోవచ్చు కూడా - మీరు భయపడకుండా ఉంటే - ఏమీ చెయ్యలేవు. నిర్భయంగా ఉండటమే మీకు నిజమైన రక్షణ.

కాబట్టి మీరు సాధన చేస్తారా ! ఎక్కడికి వెళ్ళాలో నిర్ణయించుకున్నారా ? మీ శయ్య మీద పవళించండి ఒంటరిగానే సుమా ! మీరు ఎక్కడకి వెళ్ళాలని అనుకుంటున్నారో - అక్కడ ఎవరిని చూడాలనుకుంటున్నారో - ఏం చూడాలను కుంటున్నారో నిశ్చయించి మీలో మీరే, మీకే చెప్పకోండి. మీరు ప్రొద్దున్న లేచాక రాత్రి జరిగినదంతా గుర్తుంటుంది. అభ్యాసంతోనే దీనిని సాధించవచ్చు.

పదకొండవ పాఠం

సూక్ష్మశరీరయానం - III

'**సూ**క్ష్మశరీరయానం' అనే విషయం ఎంతో ప్రాముఖ్యతను సంతరించుకుంది. కనుక ఈ పాఠంలో కూడా ఈ విషయానికి సంబంధించిన మరికొన్ని చక్కటి గుర్తించుకోవలసిన అంశాల గురించి చర్చిద్దాం - అద్భుతమైన ఈ వ్యాసంగాన్ని నేర్చుకుందాం.

అత్యంత శ్రద్ధతో ఈ పాఠాన్ని అధ్యయనం చేయాలని మా సలహా! కనీసం ఇదివరకటి పాఠాలను ఎంత శ్రద్ధగా అధ్యయనం చేశారో అంతే జాగ్రత్తతో ఈ పాఠాన్నీ గ్రహించండి. తరువాత సూక్ష్మశరీరయానానికి ఓ శుభముహూర్తాన్ని మీరే నిర్ణయించుకోండి - రాబోయే కొద్దిరోజుల్లో ఓ సాయంత్రాన్ని మీ ప్రయోగానికి కేటాయించి ఉంచుకోండి. మీరు నిర్ణయించుకున్న ఆ సాయంత్రం నాడు సంపూర్ణ చైతన్యంతో సూక్ష్మశరీరయానం చేస్తాననీ, అన్ని విషయాలూ జరిగినవి జరిగినట్లుగా గుర్తుంచుకోగలననీ నిశ్చయించుకోండి.

ఏ పనినైనా ఓ నిర్ణీత రోజు నాడు చెయ్యాలని ముందుగా నిశ్చయించుకుని అందుకు తగిన ప్రయత్నాలు ముందుగా చేసుకోవడంలో ఉన్న లాభం గురించి మీకు తెలును. మన పూర్వీకులు ఒకే మాటని అనేకసార్లు పునశ్చరణ చేస్తూ ఉండేవారు. ఇంకొకరకంగా చెప్పాలంటే ఒక మంత్రాన్ని (అంటే ఒక విధమైన ప్రార్థన - కోరిక తీర్చమని ప్రాధేయపడే పద్ధతి) నిరంతరం జపించేవారు. ఈ మంత్రం యొక్క ముఖ్యఉద్దేశ్యం తమలోని

అచేతన స్థితిలోని మనస్సును ఉద్దేశించి కర్తవ్యాన్ని మనం కోరే విధంగా జపించేటట్టు చూడమని కోరడం. చేతన స్థితిలో ఉన్న మనస్సుతో చేసే పునశ్చరణం - పదోవంతు మనస్సుతో చేసేది అయినప్పటికీ - మిగిలిన "తొమ్మిది వంతుల అచేతన - స్థితి " లోని మనస్సుకు ఒక ఖచ్చితమైన ఆజ్ఞను చేరవేయగలుగుతుంది. మీరు కూడా ఈ క్రింద వ్రాయబడిన మంత్రం లాంటి దానిని గానీ జపించవచ్చు.

" ఫలానా రోజు సాయంత్రాన సూక్ష్మశరీరయానం చేయబోయే నేను ఆ కార్యాన్ని నా సంపూర్ణ చైతన్యంతో నిర్వహింపగలను గాక ! స్వశరీరంలోకి పునఃప్రవేశించిన తరువాత నా అనుభవాలన్నీ నాకు గుర్తుండగలవు గాక ! ఈ యానాన్ని నేను నిర్విఘ్నంగా సాగించగలను గాక !

ఈ మంత్రాన్ని మీరు ముమ్మారు జపించాలి. అంటే ముందుగా ఓసారి జపించాలి. రెండోసారి పునశ్చరణ చెయ్యాలి. మూడోసారి పునశ్చరణ చెయ్యబడ్డ మంత్రాన్ని పునరుద్ఘాటించి సుస్థిరంగా ప్రతిష్ఠింపజేసుకోవాలి. ఈ ఆచరణ పద్ధతి మొత్తం ఈ విధంగా సాగుతుంది. ముందుగా మనం ఒక చేయబోయే పని గురించి ప్రకటిస్తాం. ఇలాంటి ఉత్తుత్తి ప్రకటనల్ని మనం ఎన్నో చేస్తూ ఉంటాం కాబట్టి మన అచేతన స్థితి ఈ మాటని విన్నప్పటికీ ఏ మాత్రం పట్టించుకోదు. పైగా " వాగుడుకాయ మాటలేం ప్రయోజనం లేనివిలే ! " అని కొట్టిపారేస్తుంది కూడా మొదటిసారి చేసిన మంత్రం ఉచ్చారణ మన అచేతన స్థితిని ఏ మాత్రం నమ్మించ లేదు. రెండోసారి ఇందాక అన్న మాటల్నే అక్షరం పొల్లుపోకుండా - మాటల్ని పునశ్చరణ చేస్తే మన అచేతన మనస్సు కాస్త కదిలి మనం చెప్పే మాటల్ని అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తుంది. ముచ్చటగా మూడోసారి ఖచ్చితంగా పునరుక్తి చేయబడ్డ మాట మన అచేతన మనస్సు మీద పూర్తిగా పనిచేస్తుంది. మన కోరిక మాత్రం అందులో స్థిరంగా ముద్ర వేసుకుంటుంది. ఈ మంత్రాన్ని అచేతన స్థితిలోని మనస్సు గాఢంగా గుర్తుంచుకుంటుంది. ఈ మంత్రాన్ని మీరు ఓ ఉదయాన ముమ్మారు జపించుకోండి. మళ్ళీ సాయంత్రం జపించాలనీ

ఆ తరువాత పడుకోబోయేముందు జపించాలనీ నిర్ణయించుకుని ఆచరించారనుకోండి. ఒక్కోసారి మంత్రాన్ని జపిస్తుంటే చెక్కలోకి ఓ పెద్ద మేకును సుత్తిపెట్టి ఒక్కో దెబ్బవేసి దిగ్గొడుతున్నట్లు మీ అచేతన స్థితిలోకి మీ కోరికని స్థిరంగా లోపలికి పంపుతున్నట్లు మీరు అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఒక్క దెబ్బతోనే మేకు చెక్క లోపలి వరకు ఎలా పోదో, ఒక్కసారే జపించబడ్డ మీ మంత్రం మీ అంతఃకరణకు చేరనే చేరదు. ఒక్కో దెబ్బ మేకును చెక్క లోపలికి ఎలా పంపుతుందో ఒక్కో మంత్ర పునశ్చరణా కొంచెం కొంచెంగా కోరికను మన అచేతన మనస్సు లోపలిపొరల్లోకి గాఢంగా నాటుకునేట్లు చేస్తుంది.

ఈ విద్య కొత్తదేం కాదు. మానవత్వం ఎంత ప్రాచీనమైందో ఈ పద్ధతి కూడా అంత ప్రాచీనమైంది. మన ప్రాచీనులకి చాలా మంత్రాలు తెలుసు. వాటినెలా పునశ్చరణ చెయ్యాలో కూడా వారికి చాలా బాగా తెలుసు. నాగరికత బాగా తెలిసిన మనమే ఈ విద్యలన్నీ మర్చిపోయాం - లేదా ఈ విద్యలు పని చెయ్యవనే అపనమ్మకం పెంచుకుని " సినిక్స్ " అయిపోయాం. ఈ కారణం వల్ల మీ మంత్రాలను మీరు వొంటరిగా ఉన్నప్పుడే పరీక్షించాలి - ఎవరిముందూ వీటిని ఉచ్చరించకూడదు. మంత్రాలను నమ్మని జనం మనల్ని ఎగతాళి చేయవచ్చు - లేకపోతే మనలో కూడా అనుమాన బీజాలను పడేసి నీళ్ళు చల్లిపోవచ్చు. ఇలా ఎగతాళి చేసినవారి వల్లే - ఇలా అనుమానాలు సృష్టించే వారి వల్లే మానవులు " ప్రకృతి దేవత " లతో స్నేహాన్ని మరచిపోగలిగారు - కనీసం వాళ్ళని చూడనైనా చూడలేక పోతున్నారు - అన్ని జంతువులతో పూర్వం తాము జరిపినట్లు (మనోభాషణ) టెలీపతిక్ సంభాషణలను జరుపలేకపోతున్నారు. ఈ విషయాన్ని ఎప్పుడూ గుర్తుంచుకోండి.

మీరు ఓ సాయంత్రాన్ని నిర్ణయించుకుని స్థిరం చేసుకున్నారు. ఆ మంచిరోజు వచ్చే నాటికి మీరు ఏ మాత్రం టెన్షన్ పడకుండా ప్రశాంతంగా ఉండాలి. మీతోనూ ఇతరులతోనూ శాంతిని పాటిస్తూ ఉండగలగాలి. ఇది చాలా ముఖ్యం. మీలో ఏ మాత్రం ఉద్విగ్నతా ఉండకూడదు. ఏ సంశయమూ

మీలో తలెత్తి మిమ్మల్ని ఉద్రేకం చెందనీయకూడదు. ఉదాహరణకి మీరు ఎవరితోనో ఓ విషయం గురించి తీవ్రంగా వాదించి యుద్ధం చెయ్యాల్సి వచ్చిందనుకోండి మీ శుభదినం నాడే. కొంచెం ఆలోచించి మాట్లాడే టైము కూడా లేకపోయిందని మీరు అనుకుంటూ ఉంటారు. ఆలోచనకు కాస్త టైమ్ చిక్కి ఉంటే ఏం మాట్లాడి ఉంటే బాగుండేదో ఆ మాటలని వెతుక్కుంటూ ఉండే ప్రయత్నాన్ని మీరు చేస్తారు. మీతో పోట్లాట పెట్టుకున్న వ్యక్తి మిమ్మల్నేం అన్నాడో ఆ మాటలన్నీ గుర్తొచ్చి మీ ఆలోచన సూక్ష్మశరీరయానం మీద లగ్నం కాదు - కేంద్రీకృతం కాదు-నిమగ్నం కాదు. ఈ విధంగా ఓ మంచిరోజు వృథాగా స్వయంకృతాపరాధం వల్ల నాశనం అయిపోతే మళ్ళీ మరో రోజు కోసం వెతుక్కోకతప్పదు. సరే, ఈ గొడవలు ఏవీ జరుగలేదు- మీరు రోజంతా ప్రశాంతంగానే ఉన్నారని అనుకుందాం. మీరు ప్రేమించే మనిషిని లేదా బంధువుల్ని చూడాలని మీరు చేసే ప్రయాణాల్లో ఎలా ఉత్సాహంతో ఉవ్విళ్ళూరుతుంటారో అలాగే " సూక్ష్మశరీరయానానికి సాయంత్రం ఎప్పుడవుతుందా " అనే హుషారుతో మీరు ఎదురుచూశారనుకోండి. సాయంత్రం అవుతుంది. చీకట్లుపడుతాయి. మీరు మీ గదిలోకి వెళ్తారు. నెమ్మదిగా పడుకోవడానికి తగిన బట్టల్ని ధరిస్తారు. ఉచ్ఛ్వాస నిచ్ఛ్వాసాలు నెమ్మదిగా సాగుతూ వుంటాయి. మీరు ప్రశాంతంగా ఉంటారు. ఒకసారి మీ డ్రస్సు సుఖంగా ఉన్నదా అని గమనించండి. మెడ దగ్గర పట్టేసినట్లు కానీ నడుమును గట్టిగా బిగదీసి పట్టినట్లు గాని ఉందేమో ఓ సారి చూసుకోండి - లేకపోతే మంచి రసవత్తరమైన ప్రయాణం మధ్యలో ఈ డ్రస్సు వల్లే మీకు విఘ్నం ఏర్పడి వెనక్కి రావలసి రావచ్చు. మీ గదిలో గాలీ, ఉష్ణోగ్రతా సరిగ్గా ఉన్నాయో లేవో బాగా గమనించండి. మీరు తొడుక్కున్న బట్టలు తేలిగ్గా ఉన్నాయో లేక బరువుగా ఉన్నాయో గమనించండి. సూక్ష్మశరీరం నుంచి మళ్ళీ స్థూలశరీరంలోకి వచ్చేటప్పుడు ఈ బరువునంతా మీరే మొయ్యాల్సి ఉంటుంది కదా!

గదిలో దీపాలను ఆర్పేయండి. కిటికీ రెక్కల్ని మూసెయ్యండి. కర్టెన్ వుంటే వేసెయ్యండి - వీధిలోంచి ఓ కాంతికిరణం కిటికీ గుండా లోపలికి

వచ్చి మంచి సమయంలో మీ కళ్ళ మీద పడి విఘ్నాన్ని కలిగించవచ్చు కాబట్టి. ఈ విధంగా అంతా సర్దుకున్నాక పడక మీదకి హాయిగా వ్రాలిపోండి. సుఖంగా పడుకోండి.

స్థిమితపడండి - మెల్లగా మీ శరీరాన్ని మొద్దుబారనివ్వండి. మీరు పూర్తిగా రిలాక్సవ్వండి. నిద్రపోయే అవకాశాన్ని మీరు కల్పించకండి - మీకు తెలియకుండానే నిద్రపట్టేస్తే అది వేరే సంగతి. మీరు మీ మంత్రాన్ని సరిగ్గా జపించి ఉంటే నిద్రపట్టేసినా మెలుకువ వచ్చాక మీకు అన్నీ గుర్తుంటాయి. మా సలహా ఏమిటంటే మీరు నిద్రపోకండి, ఎందుకంటే మొదటిసారిగా చైతన్యంతో మీరు శరీరం లోంచి బయటకు రావడాన్ని చూసే అవకాశం ఎంతో ఉత్సాహవంతంగా ఉంటుంది.

సుఖంగా పడుకుని - వెల్లకిలా పడుకుంటే మంచిది - మీ శరీరం లోంచి మరో శరీరాన్ని బలవంతంగా బయటకు నెట్టేస్తున్నట్టు ఊహించండి. మీ శరీరంలోంచి దయ్యం లాంటి సూక్ష్మశరీరం బయటకు వస్తున్నట్లు ఊహించండి. నీళ్ళ క్రింద ఇరుక్కున్న ఓ కార్కు బయటపడి నీళ్ళపైకి తేలివచ్చే విధంగా మీ సూక్ష్మశరీరం మీ స్థూలశరీరం అణువుల్లోంచి బయటపడి పైకి వస్తున్నట్లు ఊహించండి - గమనించండి. శరీరం మొత్తం సన్నగా చక్కిలి గిలిపెట్టినట్లు - లేక సన్నగా తేలిగ్గా దురద పెట్టినట్లు అనిపించి తగ్గిపోవచ్చు. దేహంలో ఈ చక్కిలిగిలి సమయంలో అజాగ్రత్తవల్ల శరీరం మొత్తం ఓ చిన్న కుదుపుకు లోను కావచ్చు. ఇలాంటి కుదుపురావడం జరిగితే పైకి లేచి వస్తున్న సూక్ష్మశరీరం - బహూశా ఈ సమయానికి కొన్ని అంగుళాల దూరంపైకి వచ్చి వుండవచ్చు - మళ్ళీ శరీరపు అంతర్భాగంలోకి తిరిగి వెళ్ళిపోతుంది.

ఇలాంటి కుదుపు వచ్చే అవకాశం శరీరానికి ఉందని మీకు తెలిసి మీరు తగిన జాగ్రత్తతో ఉంటే ఆ కుదుపు రానేరాదు. కాబట్టి రాబోయే కష్టాల గురించి ముందుగా తెలుసుకుని తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే ఆ కష్టాలు రానేరావు. ఒకవేళ వచ్చినా దాన్ని అధిగమించే విద్యలు మీ శరీరంలో ఏర్పడే ఉంటాయి. మీ శరీరంలో వస్తున్న సన్నటి చక్కిలిగిలి ఆగుతున్న సమయంలో

ఏ మాత్రం కదలకండి. అప్పుడు ఉన్నట్లుండి ఓ చల్లదనం మిమ్మల్ని ఆవరిస్తుంది - ఏదో మీ శరీరంలోంచి బయటికి వచ్చేసినట్లు మీకు అనుభూతి కలుగుతుంది. మీపైన ఏదో వ్రేలాడుతున్నట్లు అనిపించవచ్చు. ఇంకా బండగా, గట్టిగా చెప్పాలంటే మీ మీదకు ఎవరో ఓ దిండును పడేస్తున్నట్లు అనిపించవచ్చు, మీ మనస్సును ఆలోచనలను దారి మళ్ళించకండి. డిస్టర్బ్ కావద్దు, మీరు డిస్టర్బ్ కాకుండా ఉంటే మిమ్మల్ని మీరే మంచం చివర్నుంచో మీ పైకప్పు నుంచి కిందకో చూస్తూ ఉండడం మీకు స్పష్టంగా అర్థం అవుతుంది.

ఎంత వీలయితే అంత జాగ్రత్తగా మీ స్థూల శరీరాన్ని గమనించండి. మొదటిసారి కన్నా స్పష్టంగా మరెప్పటికీ మిమ్మల్ని మీరు చూసుకోలేరు. మొదటిసారిగా మిమ్మల్ని మీరు చూసుకోగానే ఆశ్చర్యంతో మీరు నిశ్చేష్టులు అయిపోవచ్చు. ఎందుకంటే మీరు ఎలా కన్పిస్తారని మీరు ఊహించుకుంటారో ఆ పద్ధతిలో మీరు ఉండరు కనుక ! మీరు అద్దంలో రోజూ మిమ్మల్ని చూసుకుంటూ ఉంటారని మాకు తెలుసు. కానీ, ఎంత మంచి అద్దమైనా మీ రూపాన్ని ఉన్నది ఉన్నట్టుగా స్పష్టంగా చూపించే శక్తిని కలిగి ఉండదు. ఉదాహరణకి అద్దాల్లో కుడి ఎడమగానూ, ఎడమ కుడిగానూ కన్పిస్తుంది. ఇంకా మనం గుర్తుపట్టలేని కొన్ని వక్రీభవనాలు, అంటే మన బొమ్మని తప్పగా చూపించే లక్షణాలు అద్దాలకి ఉంటాయి. మీ ఎదురుగా మీరే నుంచుని చూస్తే మీ స్వరూపం ఏమిటో స్పష్టంగా మీకు పూర్తిగా అర్థమవుతుంది !

మిమ్మల్ని మీరు తనివితీరా చూసుకున్నాక, పరీక్షించుకున్నాక మీరు మీ గదిలో అటూ, ఇటూ కదలడం ప్రాక్టీస్ చెయ్యాలి. మీ బీరువా లోపలికో పెద్దపెట్టె లోపలికో సులభంగా మీరు దూరి వెళ్ళిపోయి చూడవచ్చు. ఇంటిపైకప్పనూ ఏ ఇంటి భాగాలను మీరు మామూలుగా చూడటం కష్టమో ఆ భాగాలను మీరు సూక్ష్మశరీరంతో సులువుగా శోధించవచ్చు. మీరు పరిశీలించే మూలప్రాంతాల్లో మీకు దట్టంగా పూత పూయబడి ఉన్న దుమ్మే కనిపించవచ్చనుకోండి - ఆ దుమ్ము కూడా మీకు ప్రయోగానికి పనికి వస్తుంది! ఆ దుమ్ము మీద మీ వ్రేలిముద్రలు పడేలా చేసి చూడండి. మీరు

ఆ పనిని చెయ్యలేరు ! మీ వ్రేలూ, వ్రేలుతో బాటు మీ చెయ్యికూడా ఆ దుమ్ములోంచీ, ఆ దుమ్ము వెనక ఉన్న గోడలోంచి కూడా, స్పర్శ జ్ఞానం కూడా మీకు తెలియకుండా దూసుకుని వెళ్ళిపోతాయి, అవతలివైపుకు.

మీ ఇష్టప్రకారం మీకు ఎలా కావలిస్తే అలాగా కదిలే శక్తిని కలిగి ఉన్నారని మీకు అర్థమయిన తరువాత మీ సూక్ష్మదేహానికీ, భౌతిక దేహానికీ మధ్య ఏం వుందో పరిశీలించండి. సిల్వర్‌కార్డ్ ఎలా మెరుస్తూ కన్పిస్తుందో చూశారా ? కొలిమిలో ఎర్రగా కాలిన ఇనుప ముక్క మీద కమ్మరి సుత్తితో బలంగా కొడుతున్నప్పుడు ఆ ఎర్రగా కాలినచోటు లోంచి చిన్న చిన్న నిప్పురవ్వ లాంటి వెలుగులు పైకి విరజిమ్మడం మీరు చూసే ఉంటారు. ఆ వెలుగు ముక్కలు ఎర్రగా కన్పిస్తాయి. కానీ మీ సిల్వర్ కార్డ్ లోంచి చిన్న చిన్న లేత నీలి లేదా లేత పసుపు రంగు కణాలు బయటకు ఎగుర్తున్నట్లు మీకు కన్పిస్తాయి. భౌతిక దేహం నుంచి దూరంగా జరగండి. మీ సిల్వర్ కార్డ్ ఏ మాత్రం బిగబట్టినట్టు అనిపించకుండా సునాయాసంగా సాగుతూ ఉండడాన్ని మీరు గమనించవచ్చు. దాని మందం కూడా ఏ మాత్రం తగ్గదు ! మళ్ళీ మీ భౌతిక దేహం వంక ఓ సారి చూసుకుని మీరు ఎక్కడికి వెళ్ళాలనుకుంటున్నారో అక్కడకి వెళ్ళండి. మీరు ఎవరి వద్దకు వెళ్ళాలని అనుకున్నారో ఆ స్థలాన్ని ఊహించుకోండి చాలు.

మీ ఇంటి కప్పలోంచి బయటకు వచ్చేస్తారు. క్రింద మీ ఇల్లూ, మీ వీధీ కన్పిస్తుంటాయి. తరువాత, ఇదే మీ మొదటి పూర్తి చైతన్యంతో చేస్తున్న ప్రయాణం కనుక కాస్త నెమ్మదిగానే మీ సూక్ష్మశరీరం పయనిస్తుంది. మీరు వెళ్ళాల్సిన చోటుకు చేరుకుంటుంది. క్రింద భూభాగాలన్నింటినీ మీరు స్పష్టంగా గుర్తించవచ్చు. సూక్ష్మశరీరయానం మీకు కొంత అలవాటయిన తరువాత మనోవేగంతో మీ ప్రయాణం సాగుతుంది. ఆ స్థితిని మీరు తెలుసుకున్న తరువాత మీరు వెళ్ళలేని ప్రదేశం అంటూ ఎక్కడా ఉండదు. ఎంతదూరంలో ఉన్న ప్రదేశం అయినా అనుకున్న వెంటనే అక్కడకు మీరు చేరుకుని ఉంటారు.

భూమి మీదే కాదు ఎక్కడికైనా వెళ్ళగలిగి ఉంటారు. మీ సూక్ష్మ శరీరానికి గాలి అవసరం లేదు. కాబట్టి మీరు విశ్వంలోని ఏ భాగానికైనా

వెళ్లవచ్చు. ఇతర గ్రహాలకు వెళ్లవచ్చు. ఎందరో ఇదివరకు అలా వెళ్లి వచ్చారు. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఎవరికీ ఏవీ గుర్తుండడంలేదు. కానీ మీరు మీ సాధన వల్ల అన్నీ గుర్తుపెట్టుకుని ఉండగలరు.

ఏ వ్యక్తి దగ్గరకు మీరు వెళ్లాలనుకుంటారో, ఆ వ్యక్తి రూపాన్ని స్మరించడం మీ వల్ల కాకపోతే ఆ వ్యక్తి ఫోటోను ఒకదాన్ని - గ్లాసు ఫ్రేం కట్టించకుండా ఉన్న దానిని సంపాదించండి. నిద్రలో మీరు ఆ గ్లాసు ఫ్రేం మీద పొర్లి అద్దం పగిలి గాయాలు కావచ్చు - ఈ ఫోటోను చేత్తో పట్టుకుని, గదిలో దీపాలను ఆర్పేసే ముందు ఓసారి ఈ ఫోటో వంక బాగా చూసి గుర్తుంచుకునే ప్రయత్నం చేయండి. ఈ పద్ధతి మీకు సులభంగా ఉండవచ్చు.

కొంతమంది భౌతిక దేహం సుఖంగా, భద్రంగా ఉంటే సూక్ష్మశరీర యానం చెయ్యలేరు. బాగా భోజనం చేసినా ఈ యాత్ర వాళ్లకి కుదరదు. బాగా వెచ్చగా ఉన్నా వాళ్లకి విఘ్నంగా ఉంటుంది. శరీరం ఇబ్బందిగా ఉన్న చోట్లో ఉన్నప్పుడే వాళ్లకు సూక్ష్మదేహం విడుదల జరిగి ప్రయాణం సాగుతుంది. లేకపోతే బాగా చలిగానో, ఆకలితోనో వాళ్ళు ఉంటే మరీ మంచిది. కొంతమంది ఇలాంటి ఇబ్బందులు కలగడం కోసం సులభంగా జీర్ణం కాని పదార్థాలను తిని జీర్ణశక్తిని తమంతట తామే పాడు చేసుకుంటూ ఉంటారు ! ఇబ్బందుల మధ్యే వాళ్ల సూక్ష్మశరీరయానం పూర్తిచైతన్యంతో సాగుతుంది. దీనికి మేము ఊహించే కారణం ఏమయి వుండవచ్చునంటే అలా బాగా పాడయిపోయిన దేహంలో ఉండడానికి ఇష్టం లేక సూక్ష్మశరీరం బయటపడే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటుందని !

టిబెట్ లోనూ, ఇండియా లోనూ కొంతమంది సన్యాసులూ, యోగులూ సూర్యకాంతి పడని చోట్లలో మగ్గుతూ వుంటారు. వీళ్లకి భోజనాలు కూడా మూడు రోజులకి బహుశా ఒకసారి మాత్రమే లభ్యమవుతూంటాయి. ఆ తిండి కూడా శరీరంలో కేవలం ప్రాణాన్ని నిలబెట్టి ఉంచేందుకు మాత్రం సరిపోయేలా ఉంటుంది. ఈ నామ మాత్రపు తిండి వల్ల వాళ్ల ప్రాణాలు మిణుకు మిణుకుమంటూ వాళ్ల శరీరాలను పట్టుకుని వ్రేళ్లాడుతుంటాయి. ఈ యోగులు సర్వకాల సర్వావస్థల్లో సూక్ష్మశరీరయానం

చేయగల సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటారు. ప్రపంచంలో ఏ మారుమూల ప్రాంతంలో అయినా సరే - వాళ్ళు నేర్చుకోవాల్సిన విద్య ఒకటి ఉందని వాళ్లకి తెలిస్తే - వెంటనే వాళ్ళు అక్కడికి చేరుకుని (సూక్ష్మశరీరంతో) మనో సంభాషణం (టెలిపతీ) ద్వారా వాళ్లకు కావల్సిన విద్యలను నేర్చుకుంటూ ఉంటారు. లోకంలో వాళ్ల ఉనికి వల్ల ఏ మాత్రం మేలు కలిగే అవకాశం ఉంటుందని వాళ్లకు అనిపించినా వెంటనే అక్కడికి వెళ్లి మానవులకు తమ శుభాశీస్సుల్ని అందజేసేందుకు సిద్ధపడతారు. మీ సూక్ష్మశరీరయానాల్లో మీ అదృష్టం కొద్దీ ఇలాంటి మహనీయులు కొందరు మీకు దర్శనమీయవచ్చు. మీతో మాట్లాడి తగిన సలహాల నిచ్చి మీ అభివృద్ధికి తగిన సహాయం చేసే స్థితిలో ఈ యోగులు ఉంటారు. వాళ్ల చేతుల్లో పడడం మీ సుకృతంగా భావించవచ్చు.

ఈ పాఠాన్ని మళ్లీ మళ్లీ చదవండి. " అభ్యాసమూ, విశ్వాసమూ ఈ రెండింటి వల్లనే మీకు సూక్ష్మశరీరయానం సుసాధ్యం" అనే మాటను మళ్లీ మీకు గుర్తుచేస్తున్నాము. సూక్ష్మలోకాల సందర్శనా భాగ్యంతో మీ ఐహిక బాధలు, కష్టాలూ, కొంతవరకైనా తగ్గుతాయి.

పన్నెండవ పాఠం

రిలాక్స్ అవ్వడం ఎలా?

'సూక్ష్మశరీర యానం', 'భవిష్యద్వాణి' లాంటి ఆధ్యాత్మిక అతీంద్రియ సాధనల్ని సాధించాలని అనుకునేముందు వీటన్నిటికీ తగిన దిట్టమైన పునాదిని ఒక దానిని వేసుకోవడం ద్వారా మాత్రమే ఆ శక్తులు సులభంగా వశమౌతాయి. ఈ ఆధ్యాత్మిక శిక్షణలో నిరంతరమైన సాధనను చేయవలసి ఉంటుంది. ఓ పుస్తకంలోని ఆచరణ పద్ధతిని ఓసారి చదివేసి ఆ జ్ఞానం తోనే ఏ సాధనా లేకుండా సూక్ష్మశరీరయానాన్ని చేయగలగడం సాధ్యమయ్యే పని కాదు. ఎంతో సాధన చేసి తీరాల్సి ఉంటుంది.

మంచి నేలలో విత్తనాలు నాటితే తప్ప ఒక చక్కటి ఉద్యానవనం తయారుకాదు. రాతి నేలలో రోజా పువ్వు పూస్తే ఒక అసాధారణ విషయం జరిగినట్లు అనుకోవాల్సి వస్తుంది. అలాగే ఏ మనస్సు సముచిత భావాలు లేక మూసుకుపోయి ఉంటుందో, ఏ మెదడులో భీకరారణ్యంలో అల్లుకుపోయిన తీగల్లాగా అడ్డదిడ్డమైన ఆలోచనలు క్రమ్ముకుని ఉంటాయో అట్లాంటి చోట్ల 'భవిష్యద్వాణి' లాంటి ఓ దివ్యమైన కళ మొగ్గ తొడుగుతుందని ఊహించలేం. నిశ్శబ్దం గురించి ముందు ముందు మనం చాలా విషయాలు తెలుసుకుంటాం. ఈనాడు మనల్ని వేధిస్తున్న అసంబద్ధపు-విరుద్ధమైన ఆలోచనలూ, ఎప్పుడూ హోరెత్తిస్తూ మ్రోగే రేడియో, టీవీల గోలలూ మానవుని ఆధ్యాత్మిక శక్తుల్ని అణిచిపడేస్తున్నాయి.

ప్రాచీన కాలపు ఋషులు ఘోషపెట్టి చెప్పేవారు - "ప్రశాంతంగా ఉండు; నేను మీలోనే ఉన్నానని తెలుసుకో "Be still and know that I am within " అని. ఓ జీవితకాలం సాధన చేసిన తరువాత కానీ వాళ్ళు ఒక్క చిన్న మాటని కూడా కాగితం మీదకి ఎక్కించేవారు కాదు. ఇంకా చెప్పాలంటే వారు ఏ మనుష్యులూ సంచరించని అడవుల్లోకి-అంటే, ఎక్కడ నాగరికత ప్రకోపించి శబ్దాలు వినిపించవో అక్కడికి, ఎక్కడ క్రింద పడ్డ బకెట్ల చప్పడూ, ఖాళీ సీసాల చప్పడూ వినిపించవో అక్కడికి, అలాంటి చోట్లకి వెళ్ళిపోయి మనఃచాంచల్యం నుంచి తప్పించుకునేవారు. వారు చేసిన కఠోర సాధనా ఫలితాలను వాళ్ళు పడ్డ కష్టాలను పడకుండానే జీవితకాలం అంతా ఖర్చుచేయకుండానే గ్రహించగల సువర్ణావకాశం మనకి ఉంది !

ఆధ్యాత్మికంగా త్వరగా అభివృద్ధి చెందాలని మీరు ఆకాంక్షిస్తూ ఉంటే - అలా అనుకోనివారైతే ఇదంతా మీరు చదువుతూ ఉండరనుకోండి - ఆధ్యాత్మిక సాధనకు సిద్ధపడే ముందు - మీరు చెయ్యవల్సిన ముఖ్యమైన ఉత్తమమైన పద్ధతి ఏమిటంటే ముందు బాగా రిలాక్స్ అవడం నేర్చుకోవడం.

చాలామందికి "రిలాక్స్ అవడం" అంటే ఏమిటో తెలియనే తెలియదు. ఒక కుర్చీలో కూలబడితే సరిపోతుందని వాళ్ళ ఊహ - ఇది ఎంత మాత్రం సరికాదు, సరిపోదు. రిలాక్స్ అవ్వడం అంటే మీ శరీరం పూర్తిగా సడలిపోయి వుండగలగాలి - శరీరంలోని ఏ కండరం లోనూ ఏ మాత్రం టెన్షనూ ఉండకూడదు. రిలాక్స్ అవ్వడాన్ని గురించి పూర్తిగా గ్రహించాలి అంటే ఓ పిల్లి అంతా వదిలేసి ఎలా పడుకుంటుందో పరిశీలిస్తే చాలు. గమనించండి. ఓ పిల్లి లోపలికి వచ్చి, ఒకటి రెండుసార్లు గుండ్రంగా తిరిగి ఏ రూపమూ లేని కుప్పలా కూలిపోతుంది. ఓ కాలు కొన్ని అంగుళాలు బయటకు పొడుచుకుని వచ్చిందని గానీ, తను పడుకున్న తీరు చూసే వాళ్ళకు నచ్చని విధంగా ఉందేమోననీ ఆ పిల్లి ఏ మాత్రం ఆలోచించదు. సంపూర్ణంగా విశ్రాంతి పొందటమే పిల్లి ఉద్దేశ్యం. అలా పడుకున్న వెంటనే ఆ పిల్లి క్షణంలో నిద్రలోకి జారుకుంటుంది.

మనుష్యులకు కనిపించని విషయాలను కొన్నింటిని పిల్లులు చూడగలవన్న విషయం బహుశా అందరికీ తెలిసే ఉంటుంది. జ్ఞానాన్ని గ్రహించే శక్తిని ప్రకటించే కీబోర్డు మీద పిల్లులు మనకన్నా కొన్ని మెట్లు ముందుంటాయి. అంచేత పిల్లులు నిరంతరం సూక్ష్మలోకాలను దర్శించగలుగుతూనే ఉంటాయి. ఒక గదిలో అటూ, ఇటూ తిరగడం మనకు ఎంత సులభమో విశ్వసూక్ష్మలోకాల్లో విహారాలు చెయ్యడం పిల్లులకు అంతే సులువు. కాబట్టి మనం కూడా ఓ హుషారైన పిల్లిలాగా ఉండేందుకు ప్రయత్నించాలి; అప్పుడే ఆధ్యాత్మిక అధ్యయన మహాహర్మ్యానికి దృఢమైన పునాదులను నిర్మించుకోగలుగుతాం.

ఎలా రిలాక్స్ అవ్వాలో మీకు తెలుసా? ముందున్న సూచనలు చదవకుండానే మీ శరీరాన్ని పూర్తిగా సడలించేసుకుని, వస్తున్న సంకేతాలనూ, సందేశాలనూ, అనుభవాలనూ గ్రహించగలరా? మేము ఎలా రిలాక్స్ అవుతామో చూడండి. మీకు సుఖంగా అనిపించే ఏ భంగిమలోనైనా సరే పడుకోండి. చేతుల్ని చాచి ఉంచితే బాగుంటుందని అనిపిస్తే చేతుల్నీ, కాళ్ళని బారజాపితే బాగుంటుందని అనిపిస్తే కాళ్ళనీ మీ ఇష్టం వచ్చిన పద్ధతిలో సర్దుకోండి. 'రిలాక్స్ అవ్వడం' అనే కళలోని రహస్యం ఏంటంటే పూర్తి సుఖాన్ని అనుభవించ గల భంగిమలో శరీరాన్ని పడేసి ఉంచుకోగలగడం. ఎవ్వరూ దూరి వచ్చి మీ ఏకాంతానికి భంగం రానివ్వలేనట్టి మీ స్వంత గదిలో రిలాక్స్ అయితే మరీ మంచిది. ఎందువల్లనంటే చాలామందికి - ముఖ్యంగా ఆడవాళ్ళకి - తాము పడుకునే పద్ధతి చూసే వాళ్ళకు అంత బాగుండదేమోననీ, వయ్యారంగా ఉన్నట్టు అనిపించదేమోననీ, చూసేవాళ్ళకు సదభిప్రాయం కలగదేమోననీ అనిపించవచ్చు. మీరు సంపూర్ణంగా రిలాక్స్ అవ్వాలని అనుకుంటే ఇలాంటి ఆలోచనలను చెయ్యడం ముందు మానుకోవాలి. మీ ఇష్టం వచ్చినట్లు మీరు పడుకోవాలి - అంతే.

మీ శరీరాన్ని ఓ ద్వీపం లాగా ఊహించండి. ఈ ద్వీపం మీద చిన్ని శరీరాలను ధరించి ఉన్న అనేకమంది జనాభా వున్నారనుకోండి. మీరు చెప్పినట్లు వాళ్ళు నడుచుకుంటూ వుంటారని అనుకోండి. లేదా మీ శరీరాన్ని

ఓ కర్మాగారం గానూ, ఆ యంత్రాగారంలో అనేక కీలకమైన యంత్రాల - నరాల కేంద్రాల్లో సుశిక్షితులైన ఫ్యాక్టరీ వర్కర్లు అనేకమంది గమనిస్తూ నడిపిస్తూ ఉన్నారని ఊహించండి. ఇప్పుడు మీరు 'రిలాక్స్' అవ్వాలని అనుకుంటున్నారు. మీ ఫ్యాక్టరీ వర్కర్లకందరికీ చెప్పండి - ఫ్యాక్టరీ మూసేసే వేళ అయిందనీ, మిషన్లన్నింటినీ ఆపేసి అందరూ తమ తమ చోట్లకు వెళ్ళిపోవాలనీ, మళ్ళీ ఫ్యాక్టరీని తెరిచేవేళ అయి వాళ్ళను రమ్మని పిలిపించేంత వరకూ రాకూడదనీ.

విశ్రాంతిగా పడుకుని మీ పాదాల మీద, మీ కాళ్ళ మీద, మోకాళ్ళ మీద, మోకాళ్ళ లోపల - శరీరం మొత్తం లోనూ తిరుగాడుతున్న అందరు వర్కర్లనూ మీ ఊహలోనే గమనించండి. మీ శరీరంలోని అన్ని కండరాలనూ లాగుతూ వంచుతూ పనిచేస్తున్న ఈ వర్కర్లను గమనించండి. మహాకాయంతో ఉన్న మీరు, ఆకాశం అంత ఎత్తున్న మీరు వీళ్ళ వంక చూసి మీ మనస్సుతో వాళ్ళని పిలిచి ఆజ్ఞలను ఇవ్వండి. మీ చేతుల్నీ, కాళ్ళనీ వదిలిపెట్టి కదిలి రమ్మని చెప్పండి. అందర్నీ నడచి వచ్చి మీ రొమ్ము ఎముక నుంచి బొడ్డు వరకూ వరుసగా క్యూలో నుంచోమని ఆజ్ఞాపించండి. మీ రొమ్ము మీద నిలువుగా ఉన్న మధ్య భాగం ఎముకని 'రొమ్ము ఎముక' (స్టెర్నమ్) అంటారని ఇక్కడ మీకు గుర్తుచేస్తున్నాం. ప్రక్కటెముకలు కలిసే చోట మీ చేత్తో ఓసారి తడిమి చూసుకోండి. మధ్యలో నిలువుగా గట్టిగా ఉన్న భాగాన్నే రొమ్ము ఎముక అంటారు. క్రిందికి ఈ ఎముక అంతం అయ్యేవరకూ మీ వ్రేలితో తడిమి చూసుకోండి. ఈ చోటు నుంచి మీ బొడ్డు వరకూ ఉన్న ప్రదేశంలో ఈ వర్కర్లు అందరూ శరీరం అన్ని ప్రక్కల్నించీ వచ్చి ఎక్కి వరుసగా క్యూలో నుంచోడాన్ని జాగ్రత్తగా గమనించండి. ఓ ఫ్యాక్టరీని వదలి పెట్టిన తరువాత వర్కర్లు బయటకు ఎలా వెళ్ళిపోతారో ఓసారి ఊహించండి. వాళ్ళు రావాల్సిన చోటుకి చేరుకోవాలంటే ప్రస్తుతం చేతుల్నీ కాళ్ళనీ వదలిపెట్టి రావాల్సి ఉంటుంది కదా. కాబట్టి ఈ కాళ్ళల్లో, చేతుల్లో పూర్తి విశ్రాంతి నెలకొని టెన్షన్లు అన్నీ మాయమయిపోయి వుంటాయి. వాటిని పని చేయిస్తున్న వర్కర్లు వెళ్ళిపోయారు కనుక ఆ చోట్లలో మీకు పూర్తి శూన్యం గోచరించడమే

కాక - స్పర్శ జ్ఞానం కూడా ఉండదు. అంటే పూర్తిగా మొద్దుబారిపోయి తిమ్మిరి ఎక్కినట్లు ఉండడం అని అర్థం కాదు కానీ, ఏ మాత్రం టెన్షనూ లేకుండా ఏ మాత్రమూ అలుపు లేకుండా ఉన్నట్టు చెప్పకోవచ్చు; అక్కడ ఒక విధంగా ఆ కాళ్ళూ, చేతులూ లేనట్టు ఉంటాయి అని చెప్పకోవచ్చు.

ఫ్యాక్టరీ వర్కర్లందరూ ఓ పార్టీ మీటింగ్‌కు హాజరయ్యే విధంగా మీ పొట్ట మీదకి ప్రోగయ్యారు కదా! ఇప్పుడు అందర్నీ ఓసారి బాగా తేరిపారచూచి, అందర్నీ అక్కడి నుంచి వెళ్ళిపోమనీ, మళ్ళీ పిలిచేంతవరకూ రావాల్సిన అవసరం లేదనీ గట్టిగా స్పష్టంగా చెప్పేయండి. మీ సిల్వర్ కార్డ్‌ను పట్టుకుని అందరూ పైకి వెళ్ళిపోవాలనీ, దూరంగా వెళ్ళిపోవాలనీ చెప్పండి. మీరు ప్రశాంతంగా ధ్యానం చేస్తున్నప్పడూ, మీరు రిలాక్స్ అవుతున్నప్పడూ వాళ్ళందరూ మిమ్మల్ని శాంతితో ఉండనిచ్చి వెళ్ళిపోవాలి.

మీ శరీరం నుంచి పైకి వెళ్తున్న మీ సిల్వర్ కార్డ్‌ను ఓ విశాలమైన సొరంగంలాగా ఊహించండి. లేక రోడ్డు క్రింద మనుష్యులు నడిచే సబ్‌వేగా ఊహించండి. లండన్‌లోనో, న్యూయార్కులోనో బాగా రద్దీ ఉండే సమయంలో సిటీలని వదిలి అందరూ దూరప్రాంతాలకు వెళ్ళిపోయే పద్ధతిలోనో, ఒకరు తరువాత మరొకరుగా వరుసగా ట్రైన్‌లలో వర్కర్స్ అందరూ సిటీని వదలి పెట్టేసి వెళ్ళిపోతూ సిటీని వీలైనంత ప్రశాంతంగా ఉంచే ప్రయత్నం చేస్తున్నట్టు ఊహించండి. మీ శరీరంలోని అందరు వర్కర్లనూ ఇలాగే బయటకు వెళ్ళిపోయేటట్లు చెయ్యండి. ప్రాక్టీస్ చేస్తే ఇది ఎంతో సులభం! అప్పడు మీరు ప్రశాంతంగా, ఏ టెన్షన్లూ లేకుండా ఉంటారు. మీ నరాల్లో ఏ స్పందనా, అలజడీ ఉండదు. మీ కండరాల్లో టెన్షన్లు ఉండవు. ఈ విధంగా నిశ్శబ్ధంగా పడుకుని యధేచ్ఛగా మీ మనస్సుని పరుగెత్తించండి. ఏ ఆలోచన వచ్చినా పర్వాలేదు. ఏ ఆలోచనలూ రాకపోయినా కూడా మంచిదే. ఈ విధంగా కొన్ని క్షణాలు గడిచాక, నెమ్మదిగా గాలి పీలుస్తూ వదుల్తూ ఉన్న మీరు, మీ ఫ్యాక్టరీ వర్కర్లను మీ శరీరంలోంచి బయటకు తరిమేసిన పద్ధతిలోనే మీ ఆలోచనలనన్నింటినీ కూడా బయటకు తరిమేయండి.

మనుష్యులు పనికిరాని చిన్ని చిన్ని విషయాల మీదే పనికిరాని ఆలోచనలు చేస్తూ జీవితంలో ఉన్నతమైన అంశాలను, వస్తువులను పొందువరచుకుని ఉన్న అత్యుత్తమ జీవితాన్ని గురించి ఆలోచించే సమయాన్ని సంపాదించుకోలేక పోతున్నారు. "ఇంకో సంత ఎప్పుడు జరుగుతుందో" అనో, " ఏ వస్తువులు కొంటే ఫ్రీ కూపన్లు ఎన్ని వస్తాయో" అనో, టీవీలో ఏం ప్రోగ్రాం వస్తుందోన్న ఆలోచనలే తప్ప - పనికివచ్చే ఆలోచనలు చెయ్యనేచెయ్యరు. ఈ అలౌకికమైన బేరసారాలన్నీ, వ్యాపకాలన్నీ నిజానికి నిష్ప్రయోజనాలు. ఎవరో "డ్రెస్ పీస్‌లను చాలా చౌకగా అమ్ముతున్నారు" అనే విషయం ఓ యాభై సంవత్సరాల తర్వాత ఎందుకు పనికి వస్తుందో ఊహించండి. అయితే, ఇప్పుడు అభివృద్ధి చెందాలని మీరు ప్రయత్నించడం యాభై సంవత్సరాల తర్వాత కూడా మీకు మేలునే కలిగిస్తుంది. ఒక్క మాటను గుర్తుంచుకోండి. ఈ భూమి మీద నుంచి ఏ వొక్కరూ ఒక్కపైసా కూడా చచ్చిపోతూ తమతో బాటు పట్టుకెళ్ళలేరు. కానీ ప్రతి ఒక్కరూ తాము నేర్చుకున్న జ్ఞాన సంపదను తమతో బాటే మరో జన్మలోకి పట్టుకెళ్తారు. అసలు భూమి మీద మనుష్యులు జీవిస్తున్నది అందుకే. ఈ చెత్త ఆలోచనలనే ఇంకొక జన్మలోకి పట్టుకెళ్తారో లేదా అసలైన జ్ఞాన సంపద కోసం మీరు వీలయినంత తొందరగా ప్రయత్నాలని ప్రారంభిస్తారో - మీ యిష్టం. ఇప్పుడు మీరు చదువుతున్న, అధ్యయనం చేస్తున్న ఈ పుస్తకం - గ్రంథం ఎంతో ఉపయోగకరమైనది. మీ భవిష్యత్‌ను ఇది శాసించగలదు!

మనుష్యుల్ని వారి వారి ఆలోచనలే, వారి వారి తర్కాలే ప్రస్తుతం వాళ్ళు ఉంటున్న అధోగతిలో నిలబెడుతున్నాయి. తర్కం గురించి మనుష్యులు మాట్లాడ్తూ చెప్పేదేమిటంటే జంతువు లోంచి మనుష్యుల్ని విభిన్నంగా వుంచేది తర్కమేనని ఈ మాట ఖచ్చితంగా నిజం. ఏ ఇతర జంతువులు తమ మీదే అణ్వాయుధాలను ప్రయోగించుకుంటాయి? మనుష్యులు తప్ప ఏ ఇతర జంతువులు యుద్ధాలు చేసి యుద్ధ ఖైదీలను నిలువునా చీరేస్తాయి? ఏ ఇతర జీవులు తమ తమ స్త్రీ, పురుష శరీరాలను దుర్వినియోగ పరచుకుంటాయి? ఎంతో గొప్ప వాళ్ళమని విర్రవీగుతున్నా చాలా అంశాల్లో క్రూరజంతువులకన్నా మానవుడు హీనంగానే ఉంటున్నాడు. ఇదంతా ఎందుకు

జరుగుతోందంటే భౌతికమైన సంపదల గురించే మానవుడు వెంపర్లాడుతున్నాడు గనుక ! దేహాంతరాన మనిషికి కావాల్సింది అలౌకికమైన వస్తువులే కదా - అదే మీకు మేము అందిస్తున్నాం ! నేర్పుతున్నాం.

మీరు ప్రస్తుతం రిలాక్స్ అవుతూ ఉన్నారు కనుక మీ ఆలోచనలను అన్నింటినీ ఆర్పేయండి. మీ మనస్సును తెరిచి ఉంచుకోండి. అభ్యాసం చేస్తూ పోతే పనికిరాని ఆలోచనలని విసర్జించి లేక ఆపేసి, చిందరవందర స్థితిని తప్పించుకుని, ఉన్నతమైన జీవిత సత్యాలను గ్రహించగలుగుతారు. ఈ జ్ఞానార్జనలోని సంతోషాన్ని మాటలతో వర్ణించడానికి వీలుపడదు. అభ్యాసంతోనే ఈ వస్తువులు మీ అనుభవంలోకి వస్తాయి.

కొందరు మహనీయులు కొన్ని నిమిషాలు మాత్రమే నిద్రించిలేచి తాజాగా కనిపిస్తూ తమ కళ్ళల్లో గొప్ప స్ఫూర్తిని ప్రతిబింబిస్తూ ఉంటారు. తమ ఆలోచనలను స్విచ్ ఆర్పినట్లు కత్తిరించేసి, తమ ఇచ్ఛాశక్తితో సుదూర గ్రహాలతో సమాన శృతిలయలను సాధించి అలౌకిక జ్ఞానాన్ని గ్రహించి వెలుగుతూ ఉంటారు. మీరు కూడా అభ్యాసంతో దీనిని సాధించవచ్చు.

ఆధ్యాత్మికంగా అభివృద్ధిని సాధించాలని పరితపించే వారు సామాన్య, నిస్సారమైన, సాంఘిక జీవనాన్ని సాగిస్తే వారికి ఎంతో హాని సంభవిస్తుంది. మందు పార్టీలు - ఇంతకన్నా అధోగతి మరొకటి ఉంటుందా అభివృద్ధిని కాంక్షించే ముముక్షువులకి? సారా, విస్కీల్లాంటి మత్తుపానీయాలు మానవుని మానసిక శక్తుల్ని నాశనం చెయ్యడవే కాకుండా అతిహీనవమైన సూక్ష్మలోకాల్లోకి వాళ్ళ సూక్ష్మదేహాల్ని లాక్కెళతాయి. సరిగ్గా స్వంతంగా ఆలోచించడానికైనా చేతగాని ఇలాంటి వాళ్ళకోసమే ఆ లోకాల్లో మూలప్రకృతి జీవాలు కనిపెట్టుకుని ప్రోగయివుంటాయి - వీళ్ళని ఓ పట్టుపట్టి ఆడించేందుకు. ఇలాంటి మందుబాబుల పార్టీలు అభివృద్ధిని కాంక్షించే వారికి ఎంతో హానిని కలిగిస్తాయి. తమ అజ్ఞానాన్ని కప్పిపుచ్చుకునేందుకు శతవిధాల ప్రయత్నిస్తూ చేయబోతున్న ఆ పార్టీల్లో వినవచ్చే బుర్రలేని వాగుడు ఎంతో ఇబ్బందికరంగా ఉంటుంది. ఆ పార్టీల్లో వచ్చే అత్యంత గొప్ప ఊహాలు ఏమిటంటే తాము ఎంత ఎక్కువ త్రాగి నిలబడగలమనేది - ఇంకొకళ్ళ కష్టాల గురించి మాట్లాడుతూ వుండడం మరొకటి.

రెండు ఆత్మలు సంభాషణ జరుపగలవని మేము నమ్ముతున్నాము. ఇద్దరు వ్యక్తులు మౌనంగా కూర్చుని ఉన్నా, ఒక్క మాట కూడా నోరు విప్పి మాట్లాడకపోయినా, అత్యంత అంతరంగికంగా భావప్రేషణ ద్వారా (టెలిపతీ) మాట్లాడుకుంటూనే ఉంటారు. ఒక వ్యక్తిలో జనించిన ఆలోచన ఇంకొకరిలో ప్రతిస్పందనని రేకెత్తిస్తుంది. చిరకాలంగా కలసి జీవిస్తూన్న వృద్ధదంపతులు మాట్లాడకుండానే ఒకరి ఆలోచనలను మరొకరు పసిగట్టి తదనుగుణంగా నడచుకుంటూ ఉండడాన్ని మనం గమనించవచ్చు. అవ్యాజమైన అనురాగంతో జీవిస్తున్న ఈ ప్రేమైక జీవులు వృధా ప్రసంగాలతో కాలం గడపరు. నిశ్శబ్దంగా కూర్చుని ఒకరి ఆలోచనలనని మరొకరు అందుకుంటూ సుఖిస్తూంటారు. ఈ ఆనందం వాళ్ళ వృద్ధాప్యంలో చాలా ఆలస్యంగా వాళ్ళు నేర్చుకున్నారు. తమ జీవితం తుది దశలో ఈ విద్య వాళ్ళకు అబ్బింది. మీరు మీ చిన్న వయస్సులోనే దీన్ని సాధించవచ్చు.

కొంతమంది వ్యక్తులు కలిసికట్టుగా నిర్మాణాత్మకంగా చేసే ఆలోచనలతో ప్రపంచపు గతినే మార్చగల శక్తిని కలిగివుంటారు. కానీ దురదృష్టవశాత్తూ - తమ అంతులేని ఆలోచనలను ఉపసంహరించుకుని ఓ చిన్న గ్రూపుగా ఏర్పడి, నిస్వార్థంగా విశ్వంలోని అందరి మేలునూ కాంక్షిస్తూ, ఉత్తమమైన ఆలోచనలను చేసి, దీవెనలను అందించే - కొందరు వ్యక్తులను వెతికి కలిపి పట్టుకోవడం ఎంతో కష్టమైన పని. మీరూ, మీ స్నేహితులు కలిసి ఓ చిన్న కూటమిగా కూర్చుని ధ్యానం చేసి, మీకు, లోకానికంతటికీ ఎంతో మేలును సాధించగలరు అని ఘంటాపథంగా చెబుతున్నాము.

ఈ విధంగా వలయాకారంగా కూర్చున్నప్పుడు ఒక కాలి మడమ మరొక కాలిమడమకు తగలుతూన్నట్లు (అంటే పద్మాసనంలో కానీ - సుఖాసనంలో కానీ) మీరు కూర్చోవాల్సి ఉంటుంది. ప్రతి ఒక్కరూ, స్త్రీ గానీ, పురుషుడు గానీ తమ చేతి వ్రేళ్ళను కలిపి పట్టుకోవాలి - ఎవరి చేతులూ మరొకరి చేతులతో కలువకూడదు సుమా! ఒకళ్ళు ఇంకొకళ్ళని ముట్టుకోకుండా కూర్చోవాల్సి ఉంటుంది. అందరూ ఎడం ఎడంగానే కూర్చోవాలి. యూదుల్లో ప్రాచీన కాలం నుంచీ ఓ అలవాటు ఉంది. ఏదైనా

బేరసారలూ సాగించే సమయంలో వాళ్ళు రెండు పాదాలు ఒకదానికి మరొకటి తగిలేలా నిలబడి చేతుల్ని కట్టుకుని నుంచుంటారు. అలా ఉన్నప్పుడు వాళ్ళ శక్తులన్నీ క్రోడీకరింపబడి వృధాకాకుండా నిలబడి ఉంటాయని వారికి తెలుసు. " అలా నుంచున్న వ్యక్తి అలా నుంచోని వ్యక్తికంటే మంచి లాభసాటి ఫలితాన్ని పొందగలడు" అని ప్రాచీనకాలం నుంచి యూదులకు బాగా తెలుసు. అందరూ ఏమనుకుంటారంటే తమ ఎదురుగా చేతులు కట్టుకుని నిలబడ్డ వ్యక్తి తమ పట్ల వినయ విధేయతలను కలిగి ఉన్నాడని - కానీ ఆ వ్యక్తికి తెలుసు! తాను తన శరీరంలోని సూక్ష్మశక్తులన్నింటినీ తన నుంచి దాటిపోనీయకుండా నిగ్రహించి నిలబడి ఉన్నానని. ఆ బేరంలో తాను కోరుకున్నట్లు లాభాన్ని సంపాదించుకున్నాక అతడు చేతులు విప్పేసుకుని కాళ్ళను కూడా ప్రక్కకు జరిపేసుకుని రిలాక్స్ అయిపోయి తాపీగా నిలబడతాడు. ఇక శక్తులన్నీ ప్రోగుచేసుకుని ప్రత్యర్థిని "ఎదుర్కోవాల్సిన" పరిస్థితి లేదు కదా. ఇక తాపీగా నిలబడవచ్చు.

వలయాకారంగా పద్మాసనాల్లో మీ చేతుల్ని కలిపి పట్టుకుని కూర్చున్న మీరు మీలోని శక్తులన్నింటినీ మీ నుంచి వృధాగా జారిపోకుండా జాగ్రత్త పడుతున్నారన్నమాట. గుర్రపు నాడా ఆకారపు (U - షేప్) అయస్కాంతానికి ఓ ఇనుపముక్కను (దీన్ని 'కీపర్' అంటారు) అతికించి ఉంచేస్తారు. అయస్కాంత శక్తి వృధాగా బయటకు పోకుండా ఈ 'కీపర్' వలయాకారంగా అయస్కాంత శక్తిని తిప్పతూ కాపాడుతుంది. ఇక వలయాకారంగా కూర్చున్న మీరు అందరూ సుమారు వృత్తం మధ్య భాగంలోని స్థలాన్ని వీక్షిస్తూ, కొద్దిగా తలవంచి, రెస్ట్‌గా కూర్చోవాలి. ఏ మాటలూ మాట్లాడకూడదు. మాట్లాడకుండా ఉండటం మరువకండి. ఏ విషయం గురించి మీరు ఆలోచించవలసి ఉందో ఆ విషయం గురించి ముందే మీరు మాట్లాడేసుకుని ఉన్నారు. కనుక ఆ ప్రయత్నం మళ్ళీ ఇంకోసారి ఇప్పుడు చెయ్యడం అవసరం. కొన్ని నిమిషాలు అలాగే కూర్చోండి. కొంత సమయానికి మీ అందరిలోనూ ఒక గొప్ప శాంతి నెలకొని స్థిరం కావడాన్ని మీరు గమనిస్తారు. మీ అందరి అంతరంగాలలోనూ ఓ కాంతి వరద వెల్లువై పొంగడాన్ని మీరు అందరూ గమనించవచ్చు. విశ్వంలో మీరూ " ఒకరై " పోతారు.

ఓ చర్చిలో జరిగే ప్రార్థనా సమావేశాలు ఇలాంటి పద్ధతిలోనే నిర్మింపబడ్డాయి. పాత కాలం నాటి మత గురువులు అందరూ గొప్ప మనస్తత్వ శాస్త్రవేత్తలుగా ఉండేవారు. ఏ సమావేశాన్ని ఎలా జరిపితే సరైన ఫలితాలను సాధించవచ్చో వారికి చాలా బాగా తెలిసి ఉండేది. ఓ గుంపును ఎక్కువసేపు మధ్య మధ్యలో తగిన సూచనలు ఇవ్వకుండా నిశ్శబ్దంగా ఉండేట్లు చెయ్యడం అసాధ్యం అని కూడా వాళ్ళకు తెలుసు. కాబట్టి కొంత సంగీతాన్ని, కొన్ని ప్రార్థనల రూపాల్లో దాగి ఉన్న మార్గదర్శక ఆలోచనలనూ మేళవించి ఆ గుంపు మీద ప్రయోగించేవారు. అందరికళ్ళూ ఓ గురువు మీదే ఉన్నప్పుడు ఆ వ్యక్తి మాట్లాడితే అందరి ఆలోచనలూ ఒకే విధంగా ఓ వైపుకే ప్రసరిస్తూ ఉంటాయన్న సత్యం ఆ గురువుకి సంపూర్ణంగా తెలిసి ఉంటుంది. అందరి ఆలోచనలనూ ఒకే నిర్ణీత దిశలో నిలిపి ఉంచేందుకు ఈ చిన్న పద్ధతి పనిచేస్తుంది. ఇది గొప్ప ప్రయోగమేం కాదు కానీ, మామూలుగా తమ అభివృద్ధి కోసం గానీ, ఇంకొకళ్ళ మేలు కోసంగానీ ప్రత్యేకంగా కొంత సమయాన్ని కేటాయించి ప్రయత్నించే వాళ్ళను పట్టుకోవడం అసాధ్యం కనుక ఉన్న అవకాశం లోనే ఇంతకన్నా గొప్ప పద్ధతి మరొకటి ఆ మత గురువులకు దొరకడం దాదాపు అసాధ్యం కనుక ఈ పద్ధతినే వాళ్ళు ఉపయోగిస్తూంటారు. మీరూ, మీ స్నేహితులూ - వర్తులాకారంలో, పద్మాసనాల్లో, చేతుల్ని కలిపి పట్టుకుని స్థిమితంగా కూర్చుని మీ మధ్య ఉన్న భాగాన్ని చూస్తూ, నిశ్శబ్దాన్ని పాటిస్తే ఇంతకన్నా గొప్ప మేలునూ, గొప్ప ఫలితాలనూ పొందవచ్చు.

నిశ్శబ్దంలోనే కూర్చోండి. అందరూ పూర్తిగా రిలాక్స్ కండి. మీరు ముందుగా నిర్ణయించుకున్న విషయాన్ని గురించే నిర్మలంగా ఆలోచిస్తూ ఉండండి. గతవారం మీరు అప్పచేసి కొనుక్కుని ఈ వారం బాకీ తీర్చేయాల్సి ఉన్న వస్తువుల్ని గురించిన ఆలోచనలను పట్టించుకోకండి. రాబోయే కొత్త ఫ్యాషన్ల గురించి ఆలోచించడం మానెయ్యండి. వాటికి బదులు మీ స్వంత ప్రకంపనాలను పెంచుకునే ప్రయత్నం చేస్తే భవిష్యత్తులో మీరు సాధించబోయే మంచితనాన్ని గురించి, గొప్పతనాన్ని గురించి, గొప్ప అంశాలన్నీ మీ ప్రస్తుత పరిధిలోకి ఇప్పుడే వచ్చేస్తాయి.

మనకు వాగుడు ఎక్కువ. చప్పుడు చేసే యంత్రాల లాగా మన మనస్సంతా అర్థం పర్థం లేని ఆలోచనల గోలతో నిండి ఉంటుంది. మనం పూర్తిగా రిలాక్స్ కాగలిగి, ఏకాంతంలో ఉంటూ అందరిలో ఉన్నప్పుడు తక్కువగా మాట్లాడటం అలవాటు చేసుకుంటే మన ఆత్మలని ఉద్ధరిస్తూ ఉన్నతమైన ఆలోచనలు మనలను ఆవరిస్తాయి. మన మనస్సులను నింపుతాయి. గ్రామాల్లో నివసించే వృద్ధులకి ఉన్నంత పరిశుద్ధమైన ఆలోచనలు సిటీ హోరులో తల్లడిల్లే అభాగ్యుల మెదళ్ళలో ఉండవు. కొంతమంది పశుకాపరులకు ఉన్నంత పవిత్రమైన ఆత్మలు (వాళ్ళకు చదువు లేకున్నా) కొంతమంది గొప్ప గురువులకి కూడా అసూయ పుట్టేలా వుంటాయి. ఎందుకంటే ఈ పశువుల కాపరులకు ఒంటరితనం వల్ల కొన్ని ఆలోచనలు రావడం, ఆ ఆలోచనలు కూడా వాళ్ళకి అలుపు తెప్పించడం వల్ల ఆలోచనలను వాళ్ళు కట్టిపడేసి వాళ్ళ బుర్రల్ని ఖాళీ చేసేసుకుంటారు గనుక, ఆ ఖాళీల్లోకి విశ్వం "ఆవలి" నుంచి కొన్ని గొప్ప ఆలోచనలు అలవోకగా ప్రవేశిస్తాయి.

మీరు కూడా ఇలా రోజుకో అరగంటయినా ఇల్లాంటి ప్రయత్నం చెయ్యకూడదూ? సుఖంగా కూర్చునో పడుకునో ఈ ప్రయత్నం చెయ్యండి. మీ మనస్సుని స్థబ్దం చేసుకోండి. గుర్తుంచుకోండి - "నిశ్చలంగా ఉండి నన్ను దేవుడిగా తెలుసుకోండి" అనే మాటనీ - "నిశ్చితంగా ఉండి నేను నీలోనే ఉన్నానని తెలుసుకో" అనే ఈ రెండో మాటనీ, ఈ పద్ధతినే ఉపయోగించండి. ఆలోచనలు లేని స్థితిలో మీరు స్థిరపడండి. మీ చింతలనూ, అనుమానాలనూ విడనాడి బంధవిముక్తులు కండి. ఇలా ఒక్క నెల సాధన చేస్తే మీరు ఉన్నతులవుతారు. - ఎంతో మారిపోతారు. మీ స్వభావం అనూహ్యంగా ఉత్తమంగా తయారవుతుంది.

మళ్ళీ మందు పార్టీల గురించి అర్థంలేని వాగుడు గురించీ ఇంకో మాట చెప్పకోకుండా ఈ పాఠాన్ని మనం ముగించలేము. కొన్ని స్కూళ్ళల్లోంచి వెళ్ళిపోయేముందు విద్యార్థులకు ఒక "చిన్నమాట"ను ఎలా చెప్పాలో నేర్పుతారు. మంచి గృహస్థుడుగానో - గృహస్థురాలుగానో నిరూపించుకోవడానికి ఇది పనికి వస్తుంది. ఇంటికి వచ్చిన అతిథుల్ని ఓ క్షణం కూడా

ఖాళీగా ఉంచకుండా చేయడానికి చేసే ప్రయత్నమే ఇది - ఖాళీగా ఉన్న బుర్రలోంచి కొన్ని వెకిలి మాటలు బయటికి వచ్చి పార్టీలోని ఆహ్లాదకరంగా ఉన్న పరిస్థితి తారుమారయ్యే అవకాశం ఉంది కనుక ఈ మాటలు ఆ పరిస్థితి రాకుండా ఉండేందుకు దోహదం కల్పిస్తుంది. మందు పార్టీల విషయంలో ఈ మాట నిజం కావచ్చు కానీ - మామూలు పరిస్థితిలో ఇందుకు విరుద్ధంగా శుభమే కలుగుతుంది. మనుష్యుల్ని నిశ్శబ్దంతో ఉండేట్లు చెయ్యగలిగితే జీవితంలోని అత్యంత విలువైన వస్తువుని మనం వాళ్లకి అందిస్తున్నట్లు లెక్క. ఎందుకంటే ప్రస్తుతపు సమాజంలో నిశ్శబ్దం ఎక్కడుంది? ఎక్కడ విన్నా వాహనాల రొదే! ఆకాశంలో విమానాలహోరు. బుర్రతినేసే రేడియో, టీవీల సంగీతం. ఈ గోలల వల్ల మానవుడు మళ్లీ అధోగతిపాలయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంది. ఎడారిలో దప్పిగొన్న యాత్రికుడికి ఒయాసిస్సులాగా మీరు మీ తోటివారికి నిశ్శబ్దాన్నీ, శాంతినీ అందించి వారికి ఎనలేని శ్రేయస్సును సంపాదించిపెడుతున్నారు.

ఒక్కోరోజు ప్రయత్నించి మీరు ఎంత నిశ్శబ్దంగా ఉండగలరో పరీక్షించుకోండి. ఎంత తక్కువగా మీరు మాట్లాడి ఉండగలరో చూడండి. ఏ మాట ముఖ్యంగా చెప్పాలో అంతవరకే చెప్పండి. అనవసరపు మాటలని చెప్పవద్దు. చాడీలు, లోకాభిరామాయణం కట్టిపెట్టండి. ప్రయత్నపూర్వకంగా, ఉద్దేశ్యపూర్వకంగా రాత్రి వరకూ ఈ విధంగా మౌనాన్ని పాటించగలిగితే ప్రతీరోజూ ఎంత అనవసరపు ప్రసంగాల్లో మీరు కాలం గడుపుతున్నారో అర్థమై మీకు గొప్ప షాక్ కలుగుతుంది.

గోల గురించీ, శబ్దాల గురించీ మేము మీకు చాలా చెప్పాం. మీరు నిశ్శబ్దాన్ని పాటించడం అలవాటు చేసుకుంటే - మౌన వ్రతాన్ని పాటిస్తే అప్పుడు మేము చెబుతున్న విషయం సత్యమేనన్న సత్యం ఋజువవుతుంది. అనేక మతాలు అనేక విధాలుగా మౌనాన్ని ప్రభోదిస్తున్నాయి. అనేకమంది సన్యాసులూ, నన్లూ మౌనాన్ని పాటించాల్సి వస్తుంది. ఇట్లా మౌనాన్ని విధించడం ఓ శిక్షలాగా మాత్రం కాదు. మౌనంలోంచే అవతలి సత్యాలు వినిపిస్తాయి - అందుకూ!

<u>పదమూడవ పాఠం</u>

భూమి ఒక అద్భుత పాఠశాల

"ఈ భూమి మీద మన బ్రతుక్కి అర్థం ఏమిటి? ఈ అంతులేని బాధల్నీ, కష్టాల్నీ మనం అనుభవించి తీరాల్సిందేనా?" అని కనీసం ఒక్కసారైనా అనుకుని ఉండని మానవుడున్నాడా? నిజం చెప్పాలంటే బాధపడడాలూ, కష్టాలు అనుభవించడాలూ, యుద్ధాలూ ఇవన్నీ వుండాల్సిందే. మనం అందరం జీవితాల్ని చాలా చులకనగా చూస్తూ ఉంటాం. "ఈ భూమి మీద ఏదీ ముఖ్యం కాదు. నిజానికి భూమి మీద మనం అందరం ఓ వేదిక మీద నటిస్తున్న పాత్రధారులం. సమయోచితంగా దుస్తులు ధరిస్తూ ఓ అంకం ప్రారంభం అవుతున్నప్పుడు ఆ పరిస్థితులకు తగిన దుస్తులను ధరించి మనమూ సిద్ధమవుతూ ఉంటాం." ఈ ధోరణిలో మనం ఆలోచిస్తూ ఉంటాం.

యుద్ధాలు జరగాల్సిన అవసరం ఉంది. యుద్ధాలే జరుగకపోతే భూమి మీద మనుష్యులు క్రిక్కిరిసిపోతారు. దేశ ప్రజల క్షేమం కోసం తమ ప్రాణాలను ఫణంగా ఒడ్డి ఆత్మాహుతికి కూడా కొందరు సిద్ధపడగలగాలి అంటే యుద్ధాలు తప్పక జరిగి తీరాలి. "ఏదో ఒక విధంగా బ్రతుకును లాక్కురావడమే గొప్ప" అని చాలా మంది అనుకుంటూ ఉంటారు. ఇంతకంటే అబద్ధం మరొకటి లేదు.

మనం అశరీర ధారులుగా, కేవలం ఆత్మ స్వరూపంతో ఉంటున్నప్పుడు మనకి నాశనం అంటూ వుండదు. కష్టాలకూ, రోగాలకూ మనం అతీతంగా ఉంటాం. ఆత్మ ఓ అనుభవాన్ని పొందేందుకు ఓ మాంస, శల్య నిర్మితమైన

శరీరాన్ని ప్రేరేపిస్తుంది. ఈ దేహం మొత్తం కదులుతున్న ఓ ప్రోటోప్లాజపు ముద్ద. దాని సహాయంతోనే ఆత్మ అనేక పాఠాలను నేర్చుకుంటుంది. భూమి మీద దేహం ఓ తోలుబొమ్మలాంటిది. మీద నుంచి పూర్ణాత్మ సిల్వర్ కార్డ్ గుండా ఆజ్ఞల్ని పంపుతూ, అనుభవాల్ని స్వీకరిస్తూ ఈ తోలుబొమ్మని తనకి కావలసినట్లు ఆడిస్తూ ఉంటుంది.

కాస్సేపు విషయాల గురించిన పరిశోధనను మరో క్రొత్తకోణం నుంచి చర్చించుకుందాం - సరేనా! మొదటిసారిగా ఈ భూమి మీదకు వస్తున్న ఓ మనిషి నిస్సహాయ పరిస్థితుల్లో ఉంటాడు. ఓ చిన్న బిడ్డలాగా పరాధీనంలో ఉండి తన గురించి స్వంతంగా ఓ పని కూడా చేసుకోలేని దీన స్థితిలో ఉంటాడు. అటువంటి మనుష్యులకు తగిన ప్రణాళికలను తయారు చేసేందుకు ఇతరుల సహాయం అవసరమౌతుంది. ఏ మాత్రం అభివృద్ధిసాధించని వారి విషయం మనకనవసరం. ప్రస్తుతం మీరు ఈ పాఠ్యాంశాలని అధ్యయనం చేస్తున్నారంటే దాని అర్థం "మీ అంతట మీ శ్రేయస్సుకు తగిన విషయాలను తెలుసుకోగలిగిన అభివృద్ధిని నిశ్చయంగా సాధించినట్లే"నని - ఓ మనిషి ఈ భూమి మీదకు రాబోయే ముందు దృశ్యం ఎలా ఉంటుందో మనం గమనిద్దాం.

ఓ మనిషి - ఓ వ్యక్తి భూమి మీద తన తనువు చాలించి సూక్ష్మలోకంలోని తన పూర్ణాత్మలోకి చేరుకున్నాడు. తాను చేసిన మంచి చెడులను నిశిత దృష్టితో బేరీజు వేసుకున్నాడు. తాను సాధించాలని ఇదివరకు నిర్ణయించుకున్న చాలా పనులను నిర్వర్తించలేకపోయినందుకు చింతిస్తూ ఇంకా నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాల గురించి ఆలోచిస్తున్నాడు. తన స్వంత నిర్ణయంతో గానీ మరికొందరు విజ్ఞుల సలహాలతో గానీ మళ్ళీ భూమి మీదకు తిరిగి వెళ్ళి మరికొన్ని పాఠాలను నేర్చుకుని రావాలని నిర్ణయించుకుంటాడు. తాను ఎలాంటి పరిస్థితుల్లో భూమి మీద నివసించాల్సి ఉంటుందో అలాంటి పరిస్థితులను కల్పించగల స్థోమత ఏ తల్లిదండ్రుల వద్ద తమకు లభిస్తుందో పరిశీలనాత్మకంగా నిశ్చయించుకుంటాడు. డబ్బును బాగా ఎలా ఖర్చు చెయ్యాలో తెలుసుకోవాల్సి ఉన్నప్పుడు బాగా సంపన్నులైన తల్లిదండ్రులకి

జన్మించాల్సి ఉంటుంది. అత్యంత హీన స్థితి నుంచి పైకి సంస్కరించుకుని రాగలిగిన జన్మను ప్రకటిస్తూ ఉండవలసిన పరిస్థితుల్లో దరిద్రాన్ని అనుభవిస్తున్న తల్లిదండ్రులకు జన్మించవలసి ఉంటుంది. అంగవైకల్యం తోనూ, పుట్టు గ్రుడ్డిగానూ కూడా జన్మించవలసి రావచ్చు - నేర్చుకోవాల్సిన విషయాలను బట్టి.

భూమి మీద మానవుడు ఓ తరగతిలోని విద్యార్థిలాంటివాడు. ఓ బడిలోని అనేక తరగతులు ఎలా ఉంటాయో ఊహించండి. ఓ విద్యార్థి అనేక మంది విద్యార్థులతో కలసి ఓ తరగతిలో ఉండాల్సి ఉంటుంది. ఈ విద్యార్థి ఆ తరగతిలో ఏదో కారణం వల్ల తాను నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాలను సరిగ్గా నేర్చుకోక అశ్రద్ధ చేశాడనుకుందాం. అందువలన తరువాత వచ్చే పరీక్షల్లో తన సత్తా ఏమిటో నిరూపించుకోలేడు. ఆ విద్యార్థి నడవడికనూ, అతడు పరీక్షల్లో సాధించిన శ్రేణినీ లేక భ్రష్టుపట్టిపోయిన అతడి వ్యవహారాన్నీ గుర్తించగలిగిన అతడి ఉపాధ్యాయులు ఆ విద్యార్థిని పై క్రొత్త తరగతికి పంపకుండా "అదే తరగతిలో ఇంకో సంవత్సరం కూడా చదవాల్సిందే"నని నిర్ణయం తీసుకుంటారు. సెలవులు పూర్తయ్యాక మళ్ళీ తమ ఇందాకటి తరగతిలోనే కూర్చోవాల్సి ఉంటుందనే విచారకరమైన సత్యాన్ని ఆ విద్యార్థి గ్రహించి నీరసించిపోతాడు.

పాఠశాలలు మళ్ళీ ప్రారంభమయ్యాక ఆ విద్యార్థి మళ్ళీ అదే తరగతిలో కూర్చుని పాతపాఠాలనే మళ్ళీ నేర్చుకోవాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. బాగా చదువుకున్న వాళ్ళందరూ పై తరగతుల్లోకి వెళ్ళిపోయి ఉపాధ్యాయుల నుంచి మన్ననను పొందుతూ వుంటారు. క్రింది తరగతుల నుండి పైకి వచ్చిన క్రొత్త విద్యార్థుల ముందు తలవంచుకునే పరిస్థితిని కప్పిపుచ్చుకుని తనకు పైతరగతికి వెళ్ళడం నిజానికి ఇష్టం లేదు. కనుకనే తను ఉత్తీర్ణుడిని కాలేదని ప్రజ్ఞల్ని పలుకుతూ కాలం వెళ్ళబుచ్చే ప్రయత్నం చేశాడనుకుందాం. మళ్ళీ అతడిని పరీక్ష చేసిన ఉపాధ్యాయులందరూ కలసికట్టుగా ఓ కఠోర నిర్ణయాన్ని తీసుకుని అతడిని తెలివిహీనుడిగా జమకట్టి ఇంకో పాఠశాలను వెతుక్కోమని సలహా యిచ్చి తమ పాఠశాల నుంచి బయటికి గెంటేస్తారు.

సక్రమంగా చదువుకుని అభివృద్ధి సాధిస్తూ ముందుకు పోతున్న విద్యార్థులకు పాఠశాలలో విద్యాభ్యాసం పూర్తయ్యేరోజు వస్తుంది. తరువాత వాళ్ల భవిష్యత్తు గురించి వాళ్ళు ఆలోచించాల్సిన అవసరం కలుగుతుంది. ఏదో ఒక వృత్తిని వాళ్ళు చేపట్టాలని నిర్ణయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. డాక్టర్లు కావాలన్నా, లాయర్లు కావాలన్నా, బస్సు డ్రైవర్లు కావాలన్నా అందుకు సంబంధించిన విషయాల్ని మళ్ళీ నేర్చుకోవాల్సి ఉంటుంది. మళ్ళీ క్రొత్త పాఠాలు ప్రారంభమౌతాయి. మళ్ళీ నేర్చుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఓ డ్రైవరు నేర్చుకోబోయే పాఠ్యాంశాలను ఓ డాక్టరు కావాలనుకున్న విద్యార్థి అధ్యయనం చేయాల్సిన అవసరం రాదు. ఏయే విషయాలలో తమ ప్రావీణ్యాన్ని సంపాదించుకోవాలనుకుంటున్నారో అందుకు తాము ఏం చెయ్యాలో తమ గురువులతో సంప్రదించి కర్తవ్యాన్ని నిర్ణయించుకుంటారు,

పరలోకంలో కూడా ఇలాంటి పరిస్థితి నెలకొని ఉంటుంది. ఓ మనిషి భూమి మీద జన్మించడానికి ముందుగా - కొద్ది నెలలు ముందుగానే - ఆ లోకంలో ఏదో ఒక చోట ఓ సభ ఏర్పాటవుతుంది. దేహాన్ని ధరించాలని అనుకుంటున్న జీవులు అక్కడి అందరి సలహాలను స్వీకరిస్తారు. ఏ పాఠాలను ఎలా నేర్చుకోవాలో నిర్ణయించుకుంటారు. భూమి మీద ఉపాధ్యాయులకు తమ విద్యార్థులకు తగిన సలహాలు ఏ విధంగా ఇస్తుంటారో ఈ లోకంలో కూడా అలాంటి హితవు చెప్పే పెద్దలు వుంటారు. ఈ జీవుడు భూమి మీద ఏ భార్యాభర్తలకు కొడుకు గానో, కుమార్తెగానో జన్మించాలనో కాకపోతే ఆ జీవి జన్మకు తగినట్లు, ఎవరికో అక్రమ సంతానంగా - పెళ్ళి కాని స్త్రీకే జన్మించాల్సి ఉందో - నిర్ణయించబడవచ్చు. ఏం నేర్చుకోవాలో ఏ యే కష్టాలు పడాలో ముందుగా నిర్ణయం జరుగుతుంది. సుఖం నుంచి కాక కష్టాల వల్లే మనం ఎక్కువ గుణపాఠాన్ని నేర్చుకోవాల్సి రావడం మన దురదృష్టం. "ఐహికంగా తక్కువ స్థాయిలో ఉన్న వ్యక్తి ఆధ్యాత్మికంగా బీదవాడు కాకపోవచ్చు" ననే సత్యాన్ని మనం ఇక్కడ స్పష్టంగా గుర్తుంచుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఎంతో గొప్ప వ్యక్తులు తాము నేర్చుకోవాల్సి ఉన్న పాఠాల కోసం హీన జన్మలను ఎత్తవలసి రావచ్చు.

ఈ భూమి మీద ఓ వ్యక్తి గొప్పతనాన్ని అతని తల్లిదండ్రుల గొప్పతనం మీదా లేక వాళ్ల ఆస్తిపాస్తుల మీదా ఆధారపడి ఊహించడం ఎంతో దురదృష్టకరం. ఈ నిర్ణయం సరికాదు. ఓ విద్యార్థి తెలివిని అతడి తండ్రి బ్యాంకు బ్యాలెన్సుతో ముడిపెట్టి నిర్ణయించడం ఎంతవరకు సబబో ఆలోచించండి. "ఈ భూమి మీద నుంచి ఏ మనిషీ ఒక పైసా డబ్బును కూడా తను చనిపోతూ పట్టుకెళ్ళలేడు" అనే మాటని మళ్ళీ మనం గుర్తుచేసుకుందాం. "చావు" అనే సరిహద్దు తరువాత మనతో పాటు రాగలిగే వస్తువు కేవలం మనం సంపాదించుకున్న జ్ఞానం మాత్రమే. మన అనుభవాలు మాత్రమే మనలను అనుసరిస్తాయి. ఈ భూమిమీద కోట్లు కూడబెట్టుకున్న వారు తమకి స్వర్గంలో ఓ ముందు వరుసలో కుర్చీ వేయబడి కాచుకుని ఉంటుందని ఊహించుకుంటే తరువాత జరిగే పర్యవసానాలకి ఎంతో దుఃఖాన్ని అనుభవించాల్సి ఉంటుంది - ధనం, సంఘంలో పదవి, మనజాతి లేక వర్ణపు లేక కులపు గొప్పదనం కానీ, మన శరీరపు రంగు కానీ, అసలు లెక్కలోకి రావు - ఆధ్యాత్మికంగా సంపాదించుకున్న విద్య ఒక్కటే గుర్తింపబడుతుంది.

ఇంకో జన్మ తీసుకోబోతున్న జీవాత్మ విషయానికి తిరిగివద్దాం. తగిన తల్లిదండ్రుల నిర్ణయం జరిగిన తరువాత తగిన సమయంలో జీవాత్మ ఇంకా నిర్మాణదశలో ఉన్న - ఇంకా ప్రాణం పోసుకోని ఓ పసికందులోకి ప్రవేశించడం జరుగుతుంది. అలా ప్రవేశింపగానే గత జన్మ స్మృతులు క్షణంలో తుడిచి పెట్టుకు పోతాయి. క్రితం జన్మలో విషయాలు గుర్తుకువస్తే దుర్భరమైన వేదన కలుగవచ్చు - తాను "గత జన్మలో ఒక గొప్ప రాజు"నని బిడ్డకు గుర్తు ఉంటే ఆ జీవితం ఎంత దుర్భరంగా ఉంటుందో ఊహించండి - ఇప్పటి దరిద్ర జన్మ ఎత్తినందుకు. ఈ మతిమరుపును ఓ గొప్ప వరంగా ప్రకృతి మన మీద చూపుతున్న అపార కరుణకు ఉదాహరణగా అనుకోవచ్చు. ప్రస్తుత జన్మ పూర్తయిన తరువాత మళ్ళీ అన్ని విషయాలు - సంపూర్ణంగా - గుర్తుకు వచ్చేస్తాయి.

చాలా మంది - "తల్లితండ్రులను గౌరవించండి" అనే సూక్తిని పవిత్రంగా గుర్తించి తదనుగుణంగా ప్రవర్తిస్తూ ఉంటారు. ఈ విషయం ఎంతో అభినందనీయమైనదే కానీ ఇహలోకాన్ని విడిచి పెట్టి వెళ్ళిపోయిన అనేక మందికి మళ్ళీ ఎప్పటికీ తమ తల్లిదండ్రులు కనిపించనే కన్పించరు. ప్రాచీనకాలంలో మత గురువులు అందరినీ శాసించేవాళ్ళు - విడిపోకూడదనీ - కలసి సంసారం చేస్తూ ఉండాలనీ - ఎందుకంటే ఏ గుంపులో జనాలు ఎక్కువ ఉంటారో ఆ గుంపే జయాన్ని పొందగలుగుతుంది. ఓ తెగలో ఎక్కువమంది జనం ఉంటే ఆ తెగ బలవంతమై ఉంటుంది. అలాంటి రోజుల్లో మత గురువులు బోధించిన మాట ఇది, పిన్నలు తమ తల్లిదండ్రులని గౌరవిస్తూ ఉన్నట్లే, ఆ తల్లిదండ్రులు మన గురువులని గౌరవిస్తూ వచ్చిన రోజులవి.

మేము ఖచ్చితంగా చెప్పేమాట ఏమిటంటే అందరూ తమ తల్లిదండ్రులని గౌరవించాలనే - కానీ "ఆ గౌరవం పొందడానికి ఆ తల్లిదండ్రులకు నిజమైన అర్హత ఉంటేనే పిల్లలు వాళ్ళని గౌరవించాలి" - అని. తల్లిదండ్రులు నిరంకుశంగా ఉండి ప్రతి విషయానికీ పిల్లల మీద విరుచుకుపడుతూ వాళ్ళ మీద కారుణ్యాన్ని చూపించకపోతే వాళ్ళ నుంచి "గౌరవాన్ని" పొందే అర్హతను వాళ్ళు పోగొట్టుకున్నట్టే. అట్లాంటి తల్లిదండ్రులను మూర్ఖంగా కొందరు "పిల్లలు" బానిసల్లాగా గౌరవించడం నిజంగా అనవసరం. ఇలాంటి "పిల్లలకు" కొందరికి పెళ్ళిళ్ళు జరిగి - సుమారు ఓ సగం శతాబ్దం పాటు వాళ్ళు జీవించి ఉన్నా - తమ తల్లిదండ్రులంటే భయంతో వణికిపోతూ కన్పిస్తారు. ఇలాంటి వాళ్ళు మానసికంగా ఎంతో దురవస్థలోకి చేరుకుంటారు. తల్లిదండ్రుల మీద వాళ్ళకు ఉండాల్సిన ప్రేమానురాగాలు మాయమై భయమూ, అమిత క్రోధమూ వాళ్ళల్లో జీర్ణించుకుపోయి ఉంటుంది. "తల్లిదండ్రుల్ని గౌరవించండి" అనే మాట వీళ్ళకి విన్పించినప్పడల్లా వీళ్ళు "తమ తల్లిదండ్రులను సరిగ్గా చూసుకోలేదేమో" ననే అనుమానంతో ఎంతో కృంగిపోతూ ఉంటారు.

ఇలాంటివాళ్ళకు మేము చెప్పేదేమిటంటే - "తల్లిదండ్రుల వద్ద సంతోషాన్ని అనుభవించలేని వాళ్ళు దేహాంతర ప్రాప్తి తరువాత తమ తల్లిదండ్రుల్ని మళ్ళీ ఎప్పటికీ చూడలేరు" - అని. పరలోకంలో "శృతి" లేక "సంయమన సిద్ధాంతం" (law of harmony) పనిచేస్తూ ఉండటం వల్ల మీతో కలసి సహజీవనం సాగించలేని వ్యక్తులను మీరు ఎప్పడూ కలుసుకోలేరు. తాము విడిపోతే లోకులు ఏమంటారోననే భయంతో కట్టుబడి ఉన్న బలవంతపు భార్యాభర్తలు ఇహలోకంలో మరణించిన తరువాత పరలోకంలో ఎప్పటికీ కలుసుకోలేరు - అతడో లేక ఆమెనో (లేక మీరే!) తన స్వభావాన్ని పూర్తిగా మార్చుకుంటే తప్ప!

మీకు అనుమానం రాకుండా ఉండేందుకుగాను మళ్ళీ ఈ మాటను చెప్పాల్సి ఉంది - "మీరు మీ తల్లిదండ్రులతో సఖ్యంగా ఉండలేకపోతే, వాళ్ళతో సంతోషాన్ని పంచుకోలేకపోతే, ఒకరితో మరొకరు ఇమడలేకపోతే తరువాత ఏ లోకంలోనూ మీరు పరస్పరం కలుసుకోలేరు". బంధువులకూ, భార్యాభర్తలకు కూడా ఈ సూత్రం వర్తిస్తుంది. పరస్పరం ఒద్దికా, శృతీ కలిగి ఉన్నప్పడే ఇద్దరూ కలిసి సహజీవనం చేయగలరు. జీవుడు శరీరాన్ని ధరించడానికి ఇదీ ఓ కారణం. పరస్పర విరుద్ధమైన ఆలోచనలతో కూడిన రెండు శరీరాలు ఒకదానికి మరొకటి దగ్గరై పడే ఘర్షణ ద్వారా వారిలోని "ఎత్తుపల్లాలు చాలావరకూ సమతుల్యం" చెందగలుగుతాయి. పరస్పర అవగాహన పెంపొందుతుంది.

కొంతకాలం తరువాత మరో పాఠంలో మనం "దేవుడు" లేక "దేవుళ్ళ" గురించీ, భిన్నమతాల గురించీ తెలుసుకుంటాం. "సృష్టిలో తామే గొప్పవాళ్ళ"మని మానవులు భ్రమపడుతూ ఉంటారు. మతాలు మానవుడిపై బలవంతంగా రుద్దిన ఓ అభిప్రాయం మాత్రమే ఈ ఆలోచన; మతాలు నూరిపోసే ఆలోచన ఏమిటంటే, "మానవుడు దేవుడి రూపంతోనే నిర్మింపబడ్డాడు" అని- "అందువల్ల సృష్టిలో మానవుడి ఉనికే ఉత్కృష్టమైనది" అనీ! నిజానికి సృష్టిలో మానవుడి కన్నా గొప్ప జీవులు కొన్ని ఉన్నాయి. పుస్తకాల పుటల్లోంచి దర్శనం ఇచ్చే "మూర్తీభవించిన కరుణామయ వృద్ధుడు" కాడు

భగవంతుడు. భగవంతుడు ఓ సత్యవస్తువు. నిత్యజీవితంలో మనకు మార్గదర్శకుడుగా ఉంటాడు తప్ప మనం పుస్తకాల్లో చదువుకున్న పద్ధతిలోనే భగవంతుడు ఉండాల్సిన అవసరం లేదు.

చివరిగా ఈ పాఠ్యాంశంలో చర్చించబడిన విధంగా మీ తల్లిదండ్రులతో, మీ సహచరితో, మీ బంధువులతో మీకున్న సంబంధాన్ని గురించి ఆలోచించండి. మీరు అందరితో సఖ్యంగా ఉంటున్నారా? నిజమేనా? లేక విడిపోయి ఉంటున్నారా? వీళ్లలో ఎవరితోనైనా జీవితాంతం వరకూ కలిసి జీవించగలగడం మీకు సాధ్యమేనా? మీ బాల్యంలో మీరు ఓ బడిలో చదువుకుంటూ ఉన్నప్పుడు మీతో బాటు కొందరు సహోపాధ్యాయులు ఉపాధ్యాయులు కొందరు ఉండేవారు కదా! మీ ఉపాధ్యాయులను ఎంతో గౌరవించవలసి వచ్చేది. ఆ ఉపాధ్యాయులు ఎప్పటికీ మీతో బాటు ఉండలేరు కదా - మీ అభివృద్ధిని గమనించడానికి తాత్కాలికంగా నియమింపబడ్డ వాళ్ళు ఆ ఉపాధ్యాయులు. అలాగే, పరలోకంలో మీరు వారి అనుమతి పొందిన తరువాతే మీ తల్లిదండ్రులుగా ఉండటానికి సమ్మతించిన ఆ వ్యక్తులు కేవలం మీ అభివృద్ధిని గమనించడానికే, పరిశీలించడానికే, దోహదం చేయడానికే భూమిమీద ఉన్నారు. నీతిశాస్త్రం బోధిస్తూ ఉంది కాబట్టి తల్లిదండ్రులని గౌరవించాలి, ప్రేమించాలి అనే పద్ధతిలో కాకుండా నిజంగా వాళ్లను ప్రేమిస్తూ ఉన్నట్టయితే, అలాంటి వ్యక్తులకు ప్రేమ పాత్రులైన ఆ తల్లి తండ్రులు వాళ్లకు పరలోకంలో కూడా తప్పక కనిపించి తీరుతారు. భూమి మీద మనం కల్పించుకున్న పరిస్థితులే పరలోకంలోనూ మనకు సాక్షాత్కరిస్తాయి.

పద్నాలుగో పాఠం

పదోవంతు దానం

మన పనులను ఇంకెవరయినా చేసి పెడితే బాగుంటదనీ, అన్ని శుభాలూ మనకు లభించాలనీ మనం ఆందోళనతో ఎదురుచూస్తూంటాం. మనకి ఓ సహాయం అందేటట్టు చెయ్యమని ప్రార్థన చేసినట్టు బహుశా ప్రతి ఒక్కరూ ఒప్పుకుంటారు. ఇంకొకరి సహాయం కోరుకోవడం మానవుడి సహజలక్షణం. ఒంటరిగా ఉండే మానవుడు తనకు భద్రత లేదనుకుంటాడు. "ఏ దేవుడైనా, ఏ దేవతైనా తనకు అండగా ఉంటే బాగుండునని" అనుకుంటాడు. ఓ గొప్ప ఇంట్లో ఉంటున్నట్లు ఊహించుకుని ఆనంద పడతాడు. కానీ, తనకు ఏదైనా రావాలని అనుకునేవాడు ముందుగా తనే ఇవ్వవలసి ఉంటుంది. ఇవ్వకుండా మీరు దేనిని స్వీకరించలేరు. మీ దాన గుణం - మీ మనస్సును తెరచి ఉంచి మీకు కావలసిన వస్తువును మీకు ఇచ్చేందుకు సిద్ధపడ్డ వారి దానాన్ని స్వీకరించగలిగేందుకు తగిన పరిస్థితిని నెలకొల్పుతుంది.

"దానం" అంటే కేవలం డబ్బుని మాత్రమే అని అర్థం చేసుకోవడానికి వీలులేదు - కానీ మామూలుగా డబ్బునే దానంగా ఇస్తూ ఉంటాం. డబ్బుతో దేన్నయినా కొనుక్కోవడానికి వీలుంటుంది కనుక అందరూ దానినే కోరుకుంటూ ఉంటారు. ఇప్పటి పరిస్థితుల్లో డబ్బు మానవుడికి కోరికలు తీర్చగల శక్తిని అందించడమే కాక, వస్తులు ఉండాల్సిన పరిస్థితుల నుంచి కూడా రక్షణ కల్పిస్తుంది. అప్పులను వసూలు చేసేందుకు వచ్చే వ్యక్తి నుంచి

రక్షణ కల్పిస్తుంది. డబ్బును దానం చేయవచ్చు - చెయ్యాలి కూడా, కానీ కొన్ని షరతులకు లోబడే చేయాలి. హృదయ పూర్వకంగా మానవ సేవ చెయ్యడం కూడా ఓ దానంగా మనం గుర్తించాల్సి ఉంటుంది. మనం డబ్బుల్ని దానం చేయగలం - చేసే తీరాలి - కేవలం డబ్బునే కాకుండా - వస్తువుల్ని, తగిన సహాయాన్నీ లేక ఆధ్యాత్మికపు సానుభూతిని కూడా యోగ్యులకు దానం చేయవచ్చు. మళ్ళీ, మనం చేస్తేనే తప్ప పుచ్చుకోగల స్థితికి చేరలేం.

"ఇవ్వడం", "ముష్టి", "దానం", ఇలాంటి మాటలు గురించి పడమటి ఖండాల్లో అనేక దురభిప్రాయాలు ఉన్నాయి. ఇంకొకళ్ళ నుంచి సహాయాన్ని అర్థించడాన్ని ఓ పెద్ద అవమానకరమైన పనిగా తలపోస్తూంటారు. ఇది సరైన ఆలోచన కాదు. ఈ భూమి మీద మనం ఉన్నప్పుడు డబ్బు మనకు పనికి వచ్చేందుకు నిర్దేశింపబడ్డ ఓ వస్తువు మాత్రమే. ఓ రాతి ఖజానాలో దాన్ని బంధించడం కన్నా ఇతరుల మేలు కోసం ఖర్చు చేస్తూ మనం సంతోషాన్నీ, ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధిని కూడా పొందవచ్చు.

దురదృష్టవశాత్తూ వాణిజ్యపరంగా మారిన ఇప్పటి ప్రపంచంలో డబ్బు ఖర్చు చేసే ఓ మనిషిని అతడి డబ్బుతో గుర్తించడం జరుగుతోంది. అతను డబ్బు ఖర్చు చేసే పద్ధతితో అతడి గొప్పతనాన్ని గుర్తించడం జరుగుతుంది. అదనంగా మెరిసే దుస్తుల్ని ధరించి - ఆడంబరంగా తమ గొప్పలను నిరూపించుకునే విధంగా దానాలు చేసేవాళ్ళు 'ఆధ్యాత్మికవాదులు' కారు. 'దయాగుణం' ఉన్నవాళ్ళు కారు. ఇటువంటి వాళ్ళు చేసేది అర్థం పర్థం లేని ఖర్చు మాత్రమే. వీళ్ళు చేసేది దానం మాత్రం కాదు. తమ ఆధ్యాత్మికతను చాటుకోవడానికే, తమ గొప్పను ప్రదర్శించుకోవడానికే ఈ ఖర్చును వాళ్ళు చేస్తూంటారు. ఇందువల్ల కేవలం వాళ్ళ అహంకారం మాత్రమే బలపడుతూ ఉంటుంది. పశ్చిమ దేశాల్లోని వ్యక్తుల గొప్పతనాన్ని వాళ్ళు నివసించే భవంతిని బట్టి నిర్ణయిస్తూంటారు. వాళ్ళు ఏ క్లబ్బుల్లో మెంబర్సుగా ఉన్నారో గమనిస్తారు. గొప్పవాళ్ళు గొప్ప క్లబ్బులకే వెళ్తుంటారు కదా! ఈ లోకం నిజంగా గుడ్డిది. ఇక్కడ విలువలకు అర్థం లేదు. ఎలాగంటే - ఈ మాటని మన అంతరంగం లోకి బాగా స్థిరపడేలా మళ్ళీ మళ్ళీ చెప్పకుందాం. - " ఏ స్త్రీ గానీ, ఏ పురుషుడు

గానీ మరణించాక వైతరణీ నది అవలి ఒడ్డుకి ఒక్క పైసాను గానీ, ఒక్క సూదిని గానీ, కనీసం ఆరిపోయి ఉన్న అగ్గిపుల్లని కానీ తీసుకుని వెళ్ళలేరు". మనం భూమి మీద నేర్చుకున్న విద్య, అనుభవాల సారాన్ని మాత్రమే, దయా, సంకుచిత తత్త్వాల సారాంశాన్ని మాత్రమే, లేదా వడబోసిన జీవిత సత్యాల్ని మాత్రమే తోడుగా తీసుకుని వెళ్ళగలం. భూమి మీద ఓ కోటీశ్వరుడు మరణానంతరం "ఓ ఆధ్యాత్మిక గరీబు" అవుతాడు.

తూర్పు దేశాల్లోని ఇల్లాళ్ళకు ప్రతిరోజూ సాదుభిక్షువుల దర్శనం గలుగుతూ ఉంటుంది. వినయంగా భిక్షాపాత్రల్ని ధరించి ఈ సాధువులు ఇళ్ళ ముందుకు రావడాన్ని వీళ్ళు ప్రతి సాయంత్రమూ చూస్తూ ఉంటారు. ఇలాంటి వారికి భోజనం పెట్టడం తమ అదృష్టంగా ఈ స్త్రీలు భావిస్తారు. ఈ ఆలోచన ఎన్నో శతాబ్దాల నుంచి ప్రాచ్య దేశాల్లో జీర్ణించుకుపోయి ఉంది. పశ్చిమ దేశాల వాళ్ళు అనుకునే విధంగా ఈ సాధువులు "ఇతరుల మీద పడి జీవించే పరాన్న భుక్కులూ, భిక్షగాళ్ళూ" కారు. పనికి వెరచి పారిపోతున్న భీరువులు కారీ సాధువులు. సాయంత్రం పూట ప్రాచ్య దేశాల్లో ఎలా ఉంటుందో మీకు తెలుసా?

సాధువులకు అన్నదానం అత్యంత ఆనందంతో చెయ్యడం అలవాటుగా గల భారతదేశం లాంటి ఓ దేశంలో ఓ గ్రామాన్ని ఊహించండి. (కమ్యూనిస్టులు అధికారంలోకి రావడానికి ముందు కాలంలోని చైనా, టిబెట్ దేశాల్లోని గ్రామాలు కూడా ఇలాగే వుండేవి). మనం ప్రస్తుతం భారతదేశంలో ఓ గ్రామాన్ని చూస్తున్నాం. సాయంత్రం ప్రొద్దుగ్రుంకుతూ నీడల పొడవులు ఎక్కువ అవుతూ ఉన్నాయి. పశ్చిమంలో సాయం సంధ్య వెలుగులు ఆకాశాన్ని నీలి, నారింజ పసుపు రంగులో నింపుతోంది. రావి చెట్ల ఆకులు గల గల శబ్దాలను చేస్తున్నాయి - హిమాలయాల నుంచి వస్తున్న చల్లటి గాలులకు అనుగుణంగా మట్టి దారి మీద నెమ్మదిగా నడుస్తూ ఓ సాధువు వస్తున్నాడు - చిరిగిన వస్త్రాలను ధరించి - తన సర్వస్వాన్నీ తనతోబాటు మోసుకుని - కాళ్ళకి పాదుకలు; భుజం మీద వ్రేలాడే కంబళి అతడికి వురువుగా పనికివస్తుంది. చిన్న చిన్న వస్తువులన్నీ అతని దుస్తుల్లోనే సర్దుకుని ఉంటాయి.

కుడిచేతిలోని ఓ నిలువెత్తు కర్ర - జంతువుల్తో, మనుషుల్తో పోట్లాడి ఆత్మరక్షణ చేసుకునేందుకు కాదు - నడిచే దార్లోని కంపనూ, తుప్పలనూ ప్రక్కకి తోసేసుకుంటూ ముందుకు నడచి పోయేందుకు ఉపయోగపడ్డమే గాక ఇంకా ఓ కాలువో, నదో అడ్డం వస్తే నీళ్ళు ఎంత లోతు వున్నాయో పరీక్షించి చూసుకునేందుకూ ఉపయోగపడుతుంది ఈ కర్ర

ఈ సాధువు ఇంటి ముందుకు వచ్చి నుంచొని తన వస్త్రం లోంచి ఓ భిక్షాపాత్రను, చెక్కతో చేయబడి ఉపయోగించి, ఉపయోగించి పూర్తిగా నున్నగా తయారై మెరుస్తున్న దాన్ని బయటకు తీసి తలుపు వద్దకు రాబోతున్నంతలోనే ఆ ఇంటి తలుపు తెరుచుకుని ఓ స్త్రీ ఆహారపదార్థాలున్న ఓ పాత్రని తీసుకుని వచ్చి తలవంచుకుని నిలబడి తన సౌశీల్యాన్ని వినయాన్నీ ప్రకటిస్తూ ఉంది. సాధువుని సూటిగా తేరిపార చూడడం మర్యాద లక్షణం కాదు. సాధువు కొంత ముందుకు నడచి భిక్షాపాత్రను రెండు చేతుల తోనూ పట్టుకుని నిలబడ్డాడు. ఒక చేత్తో భిక్షాపాత్రను పట్టుకుంటే ఆహారాన్ని అవమానించినట్లే. ఆహారం ఎంతో విలువైనది. రెండు చేతుల్లోనూ దాన్ని మర్యాదగా స్వీకరించాలి. భిక్షాపాత్రను రెండుచేతులల్తో వదలకుండా పట్టుకుని ఆ సాధువు నిలబడగానే ఆ స్త్రీ పాత్రలోకి ధారాళంగా ఆహారాన్ని జారవిడిచి, వెనక్కు తిరిగి ఒక్క మాట కూడా మాట్లాడకుండా, ఒక్కసారి కూడా ఆ సాధువు వంక చూడకుండా, ఇంట్లోకి వెళ్ళిపోతుంది. ఓ సాధువుకు ఆహారం పెట్టడం ఓ అదృష్టంగా భావిస్తారు భారతదేశంలో! అది వారికి "భారం" కాదు; గొప్ప వారికి తాము ఓ అప్పు తీర్చుకుంటున్నట్లు ఆలోచన చేస్తారు.

ఆ ఇంటి ఇల్లాలు ఏం ఆలోచన చేస్తూందంటే ఆ సాధువుకు తాను చూపించాల్సిన మర్యాదను, గౌరవాన్నీ వినయంగా చూపించగలిగాననీ - ఆ మహనీయుడు తన ఇంటికి దయచేయడం వల్ల తనకు కూడా గొప్ప గౌరవం కలిగిందనీ - తాను చేసిన వంట గురించి మరే ఇతర సాధువో ఈ మహనీయునికి కూడా చెప్పి వుండవచ్చుననీ - అందువల్లనే తృప్తిగా భిక్షను స్వీకరించే నిమిత్తం ఆ సాధువు ఇంటి ముందుకు వచ్చి ఉండవచ్చుననీ ఆమె అనుకుంటుంది. ప్రక్క ఇళ్ళ కిటికీల్లోంచి చూస్తున్న

స్త్రీలు ఆ సాధువు తమ ఇంటికి రానందుకు నొచ్చుకుంటూ, తమ దురదృష్టాన్ని నిందించుకుంటూ, తమ ప్రక్క ఇంటి స్త్రీని అసూయతో దర్శిస్తూ చూస్తూ ఉండడాన్ని మీరు, బహూశా గమనించవచ్చు.

నిండిన తన భిక్షాపాత్రను రెండుచేతుల తోనూ భద్రంగా పట్టుకుని ఆ సాధువు ఆహ్లాయంగా ఉన్న ఓ చెట్టు పంచన చేరి - అక్కడ కూర్చుని అక్కడే విశ్రమించేందుకు ఉద్యుక్తుడవుతాడు. ఆ సాధువు రోజంతా ఆ చెట్టు క్రిందే విశ్రమించి వుండవచ్చు. ఇప్పడు ఆ చెట్టు క్రిందే తాను స్వీకరించి తెచ్చుకున్న ఆహారాన్ని భుజించడం పూర్తి చేస్తాడు. రోజు మొత్తానికి అదే అతడి మొదటి చివరి భోజనం కూడా. సాధువులు విపరీతంగా భోజనం చెయ్యరు. కొద్దిగా తమ ఆరోగ్యాన్నీ, బలాన్నీ కాపాడుకునేందుకు తగినంత ఆహారాన్ని మాత్రమే తీసుకుంటారు తప్ప శరీరాల్ని పెంచుకునేలా భోజనాలు చెయ్యరు. ఆధ్యాత్మికంగా అభివృద్ధిని సాధించాలంటే ఈ సాధువు లాగే మితంగా తినాలి. విపరీతంగా తినేసి తమ ఆత్మని బంకమట్టితో బంధించే ప్రయత్నం చెయ్యకూడదు.

ఇవ్వడు భోజనం చేసిన ఆ సాధువు తనకు భోజనం లభించినందుకు విశ్వాసంతో తబ్బిబ్బు అయ్యాడని మనం అనుకునే దానికి వీలులేదు. మనుష్యుల జ్ఞాపకాలు అందుకోలేనంత పాతకాలం నుండి ప్రాచ్యదేశాల్లో ఈ యాచక వృత్తి స్థిరపడి వుంది. తనకు భోజనాన్ని అర్పించడం గ్రామీణులకు ఓ బాధ్యతగా, ఆ భోజనాన్ని గ్రహించడం తమకు ఉన్న ఓ హక్కుగా ఈ సాధువులు భావిస్తూ ఉంటారు. ఈ సాధువులు మామూలు బిచ్చగాళ్ళు కారు. లోకులకి వీరు బరువూ కాదు. వీళ్ళు పరాన్నభుక్కులూ కారు.

ఆ ఉదయం నుంచి ఆ సాధువు ఆ వృక్షం క్రిందే నివసిస్తూ కావలసిన వారికి తన సేవలను అందించేందుకు సిద్ధంగా ఉండడాన్ని మనం గ్రహించాలి. కొంతమందికి ఆత్మ తృప్తి కావాలి. కొందరికి ఓదార్పు కావాలి - తమ బంధువులలో ఎవ్వరికో ఆరోగ్యం బాగా ఉండీ ఉండకపోవడం వల్ల కొందరికి ఓ ఉత్తరాన్ని వ్రాయించుకోవాల్సిన అత్యవసర పరిస్థితి ఉండవచ్చు. దూరప్రాంతాల్లో ఉన్న తమ బంధువుల గురించి ఏదైనా వార్తను ఆ సాధువు

మోసుకొచ్చాడేమోననే ఆశతో కొందరు రావచ్చు. ఎంచేతనంటే, ఆ సాధువు అన్ని చోట్లకీ అన్ని ఊర్లూ తిరుగుతూ, దేశాలను కూడా దాటి వస్తూంటాడు కనుక తమ బంధువుల్ని అతడు చూసి ఉండవచ్చు కనుక. సాధువులు తాము చేయగలిగిన సేవలకు ఏ మాత్రం వెలకట్టి డబ్బులు వసూలు చెయ్యరు. ఎంతో శ్రమను ఎంతసేపు పడవలసి వచ్చినా ఉచితంగానే చెయ్యడం జరుగుతుంది. నిర్మలమైన, చదువుకున్న ఆ జ్ఞాని ఆ జీదలు తనకు ఏమీ ఇచ్చుకోలేని దరిద్రంతో ఉన్నారని సులభంగానే గుర్తించగలడు. పైగా తాను నేర్చుకుంటున్న పాఠాలు తన అభివృద్ధి కోసమేనని కూడా అతడికి తెలుసు. అసలు పాఠాలు నేర్చుకోవడానికే అతడు భూమి మీదకు వచ్చినట్లు ఆ సాధువు గుర్తించగలడు. శరీర కష్టంతో డబ్బులు సంపాదించుకోవడం కోసం కాదు. అతడి ప్రయత్నం ఆధ్యాత్మిక ఆనందాన్నీ, తృప్తినీ ప్రజలకు అందించేందుకే సాగుతుంది. కనుక కర్మయోగం అతడికి విద్యుక్త ధర్మం అవుతుంది. ఆ ధర్మాన్ని అతడు సక్రమంగా నిర్వర్తిస్తుంటాడు కనుకనే అందరూ అతడికి ఋణపడి ఆ ఋణాన్ని కొంతైనా తీర్చుకోవడానికి చేసే ప్రయత్నంగా ఆ సాధువుకు కొంత భోజనం పెట్టే ప్రయత్నం చేస్తారు. ఆ భోజనమే ఆ సాధువు శరీరాన్ని ప్రాణంతో నిలబెట్టి ఉంచుతుంది.

భోజనం తరువాత ఆ సాధువు కొంతసేపు విశ్రాంతి తీసుకుంటాడు. తరువాత లేచి నున్నటి మట్టితో తోమి తన భిక్షాపాత్రను శుద్ధి చేసుకుని చేతికర్రను పట్టుకుని రాత్రికి రాత్రే - బహూశా చక్కటి వెన్నెలలో - మరో ప్రదేశానికి పయనం ప్రారంభిస్తాడు. ఎంతో దూరప్రాంతాలకు కూడా చకచకా నడుస్తూనే పయనిస్తాడు. మధ్య మధ్యలో అతి తక్కువగా నిద్రిస్తాడు. ప్రపంచంలో బౌద్ధమతం ఉన్న అన్ని దేశాల్లోనూ ఈ భిక్షువు గౌరవింప బడుతూనే ఉంటాడు.

మనం కూడా సంతోషంతో దానం చెయ్యాల్సి ఉంటుంది. అప్పుడే మనకు కూడా గ్రహించే, స్వీకరించే అర్హత కలుగుతుంది. పూర్వపు రోజుల్లో అందరూ తాము సంపాదించే సంపాదనలో పదోవంతు పైకాన్ని దానం చెయ్యాల్సి వచ్చేది. ఇది ఒక దైవికమైన ఆజ్ఞగా భావించి ఆచరించేవారు.

"టెన్త్" (పదోవంతు) అనే ఆంగ్ల పదం చివరికి "టిత్"గా రూపాంతరం చెందింది. అందరి జీవితాల్లోనూ ఓ అంతర్భాగమైంది. ఇంగ్లాండులోని చర్చిలు అందరి సంపాదన మీదా ఓ "టిత్" - పన్నును విధించేవి. యావదాస్తి మీద కూడా ఈ పన్ను వసూలు జరిగేది. చర్చిని నిర్వహించేందుకూ, దాన్ని నమ్ముకుని జీవనం సాగిస్తున్న ఉద్యోగుల జీతభత్యాలకూ ఈ ధనం ఉపయోగపడేది. ఇలా చాలా కాలం జరిగాక పలువురు భూస్వాములు గగ్గోలు పెట్టి ఇంగ్లీషు కోర్టుల్లో వ్యాజ్యాలు నడిపారు. - "ఈ 'టిత్' పన్నులు తమ సంపాదనను దోచేస్తున్నాయనీ తాము నాశనం అయిపోతున్నామనీ" వాళ్ళ ఆరోపణ. నిజానికి వాళ్ళు నాశనం అవుతున్నది సంతోషంతో ఆ పన్నును చెల్లించకపోవడం వల్లనే. ఏడుస్తూ దానం చేసే దానికన్నా అస్సలు దానం చెయ్యకపోవడమే ఉత్తమం.

ఇప్పటి విలువలకూ ఇదివరకటి విలువలకూ ఎక్కడా పొంతన కుదురదు. 'టిత్' రాబడి మీద ఆధారపడి ఎవ్వరూ జీవించడం లేదు - అస్సలు టిత్‌లను ఎవ్వరూ చెల్లించడం కూడా లేదు. ఈ పరిస్థితి అత్యంత శోచనీయం. తమ ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధి జరగాలంటే టిత్‌లను ఇంకొకళ్ళ మేలు కోరుతూ సమర్పించడం అత్యంత అవసరం. పరులకు మీరు చేసే సహాయం నిజానికి మీకే ఎక్కువ శ్రేయస్సును కలిగిస్తుంది. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే ఇతరులకు మనం చేసే సహాయమే మనలని ఉత్తమ పథానికి తీసుకు వెళుతుంది.

ఎటువంటి భక్తీ, ఆధ్యాత్మికతా తెలియని ప్రముఖ వాణిజ్యవేత్తలు కొందరు - ఇతరుల మేలు కోసం - తమ సంపాదనలో పదో వంతు సంతోషంతో సమర్పిస్తూ ఉండడం మాకు తెలుసు - ఇంకా స్పష్టంగా చెప్పాలంటే తమ మేలుకోసమే వారు ఆ పని చేస్తున్నారు. ఓ మత సందేశానుసారం వారు ఆ పనిని చేయడం లేదు. అత్యంత శ్రద్ధతో, కఠిన నియమాలతో నిండి వున్న వారి వ్యాపార ధోరణే వాళ్ళకి ఈ చక్కటి పద్ధతిని నేర్పిస్తూ ఉండి, "నీటి మీదకు వదలిపెట్టబడిన బ్రెడ్ ముక్క వెయ్యింతలై వెనక్కు తిరిగి వస్తుంది." అనే సత్యాన్ని వాళ్ళ లెక్కల పుస్తకాలు స్పష్టంగా ఋజువు చేస్తూ వాళ్ళకు ఈ దివ్యసందేశాన్ని అందిస్తోంది.

వడ్డీ వ్యాపారులు - కొన్ని దేశాల్లో వీళ్ళకి "ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్స్" అనే పేరు కూడా ఉంది - దయాగుణాన్నీ, దానగుణాన్నీ కలిగి ఉంటారంటే మనం ఎవ్వరం నమ్మలేము. కానీ కొన్ని గొప్ప ఫైనాన్స్ కంపెనీలు కూడా తమ సంపాదనలో పదోవంతు టిత్‌ను చెల్లిస్తూ ఉన్నాయన్న విషయం మా దృష్టికి వచ్చిందంటే ఈ "టిత్" వ్యాపారం "ఎంత లాభసాటి వ్యవహారమో" ఒకసారి ఆలోచించండి. వ్యాపారంలో తలలు పండిపోయిన అనేకమంది ఇలాంటి దానాలు చేస్తున్నారని మాకు తెలుసు.

అతీంద్రియ విజ్ఞానం ఆస్తికులకే కాదు - నాస్తికులకు కూడా సమాన ఫలితాలనే ఇస్తుంది - ప్రకృతి ధర్మాలు అందరికీ ఒక్కలాగే వర్తిస్తాయి. ఆధ్యాత్మిక గ్రంధాలను అదే పనిగా పఠించినంత మాత్రాన ఓ వ్యక్తి ఆధ్యాత్మికతత్త్వాన్ని పొందలేడు. ఉత్తినే పుస్తకాలు చదివే వ్యక్తి తాను అభివృద్ధి చెందుతున్నట్లు భ్రమపడుతూ ఉండవచ్చు. అంతే తప్ప అక్షరం ముక్కలన్నీ కూడా ఆ వ్యక్తి మెదడును చేరకుండా శూన్యంలోకే పయనిస్తూంటాయి అతని కళ్ళలోంచి. "తాను ఓ దివ్యాత్మ" అని ఆ వ్యక్తి తనని తాను మభ్యపెట్టుకోవడం మాత్రం జరుగుతూంటుంది. ఇంకొకళ్ళకు సహాయం చెయ్యలేని ఇలాంటి స్వార్ధ జీవులకు అభివృద్ధి అసంభవం. పరుల మేలు కోరేవాడే ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధిని సాధిస్తాడు. తనకు తాను సహాయం చేసుకో గలుగుతాడు.

ఇంకొకరికి సహాయం చెయ్యడం సరియైన పద్ధతి అనీ, విద్యుక్త ధర్మమనీ, లాభసాటి వ్యాపారం కూడాననీ మేము పునరుద్ఘాటిస్తున్నాం. సహాయం చేసే వ్యక్తికే ఈ పద్ధతిలో సహాయం లభిస్తుంది.

"టిత్" అంటే - మనం ఇదివరకే తెలుసుకున్నట్టు - పదోవంతు అని అర్థం. ఇదొక జీవన విధానం - ఇచ్చేవాడే పుచ్చుకోగలడు. ఈ వాక్యాలను వ్రాస్తుంటే మరో వ్యక్తి గుర్తుకొస్తున్నాడు. ఈయనకి ఎంతో సహాయాన్నీ మేలునూ మేము అందించాల్సి వచ్చింది. డబ్బులు ఖర్చుపెట్టి మరీ హితవు చెప్పాల్సి వచ్చింది. కొంత సమయాన్ని కూడా ఈయన కోసం వెచ్చించాల్సి వచ్చింది. గొప్ప ఆధ్యాత్మికతత్త్వాన్ని ఈయనకు బోధించవలసి వచ్చింది. వరుసగా ఒక దాని వెంట మరో కష్టం - ఒకటి వెళ్ళేలోగా మరొకటి ఆయన్ని పట్టుకుని వేధించాయి - అప్పడే విత్తనాలు చల్లబడిన పొలం మీదకు పక్షుల

గుంపులువచ్చి వాలినట్లు, ఈయనకి మేము "దానగుణాన్ని అలవాటు చేసుకో"మని ఓ సలహా ఇచ్చాం. ఈ సలహా వినగానే ఆయన మామీద మండిపడ్డాడు. ఆయన ఎందరికో తాను చేసిన సహాయం గురించి చెబుతూ ఆ విషయాలని ఋజువు చేస్తున్న వార్తాపత్రికలలోని వార్తలను కూడా ఎత్తి చూపించాడు! ప్రాంతీయ వార్తాపత్రికల్లో ప్రచురించే పద్ధతిలో దానాలు చేయకూడదని మా వాదన.

ఎన్నో పద్ధతుల్లో దానాలు చేయవచ్చు. మన సంపాదనలో పదోవంతు ద్రవ్యాన్ని సత్కార్యాలకు వినియోగించడం మాత్రమే కాకుండా, ఇతరుల ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధికోసం కూడా సహాయం చెయ్యవచ్చు. లేదా విపత్తులో అలమటిస్తున్న వారిని అనునయ వాక్యాలతో సేదతీర్చే ప్రయత్నం చేయవచ్చు. ఆర్తులకు మనం చేసే సహాయం మనకు మనం చేసుకున్నట్టే లెక్క. ఓ వ్యాపారంలోని పెట్టుబడి అనేకసార్లు తిరిగి వ్యాపారం అభివృద్ధి చెందే విధంగానే మన దానగుణం కూడా పలుమార్లు ఆవృత్తమైనప్పడే మనం ఫలితాలను సాధించి గ్రహించగలిగే స్థితిని సాధించ గలుగుతాం.

ఇంకొకళ్ళకు మనం సహాయం చేసి తీరాలి. అప్పడే మనకు సహాయం లభించవచ్చు. ఇంకొకళ్ళ మీద జాలిపడలేని మనం మనకు సహాయం కావాలని అర్థించడం కేవలం హాస్యాస్పదం - అవివేకం - వృధా కూడా. అలాగే అర్హత - ఇవ్వడం వల్లనే మనకు కలుగుతుంది. అందువల్ల దానగుణాన్ని అభ్యసించండి. ఎంత ద్రవ్యాన్ని దానం చేయగలరో నిర్ణయించుకోండి. ఏ సహాయాన్ని చేయగలరో నిశ్చయించుకోండి. ఏ పద్ధతిలో సహాయాన్ని చెయ్యాలో నిర్ణయించుకోండి. మీ ఆలోచనలను ఆచరణలో పెట్టండి. మూడు నెలలపాటు ప్రయత్నించండి. మూడు నెలల తరువాత చూసుకుంటే మీ జేబులు ఆధ్యాత్మికం గానో, డబ్బుల్తోనో లేక రెండు విధాలుగా కూడా "నిండుకోవడాన్ని" మీరు గమనించవచ్చు.

ఈ పాఠాన్ని బాగా అధ్యయనం చెయ్యండి. గుర్తుంచుకోండి - "సహాయం చేస్తేనే సహాయం లభించవచ్చు" - "మీ బ్రెడ్డును నీళ్ళ మీద అర్పించండి".

http://www.4shared.com/account/dir/0R3Tnd0Y/sharing.html
http://www.4shared.com/dir/F2rw-Nf_/sharing.html

మధ్యేమార్గం-సంతోషం-నమ్మకం

ప్రపంచం మొత్తం ఓ ఆచారం వ్యాపించి ఉంది - తమకి ఇష్టమైన పాత వస్తువులను ఇంటిలోని అటక మీద దాచి ఉంచుకోవడం. భవిష్యత్తులో తాము ఇష్టంగా వాడుకోవాలని ప్రస్తుతం వాటిని దాచుకోవడం జరుగుతుంది. ప్రతి ఒక్కరూ తమ అటకమీద దాచుకున్న అనేక వస్తువుల గురించి మరచిపోతూ వుంటారు. ఏ వస్తువు కోసమో అటకెక్కి అక్కడ పేరుకున్న దుమ్ములో, కట్టుకుని ఉన్న సాలెగూళ్ళని తొలగిస్తూ వెతుకుతూ ఉన్నప్పుడు కొన్ని "నిధులు" బయటపడి సంతోషాన్ని కలిగిస్తూ ఉంటాయి.

ఓ మూల్లో నిలబడి ఉన్న దుస్తుల్ని, ప్రచారం కోసం తొడగబడే పాత మనిషి బొమ్మను గమనించండి. ఓ పెట్టె నిండుగానో, ఇంకా ఎక్కువగానో కట్టలు కట్టలుగా పడేసిన పాత ఉత్తరాలు అక్కడ ఉన్నాయి చూడండి. నీలిరంగు రిబ్బన్‌తో కట్టబడి ఉన్న ఆ కట్ట కాగితాలు ఏమిటవి? ఈ ఎర్ర రిబ్బన్ కట్ట? ఆ వస్తువులలో మనం వెతుకుతూ వున్నప్పుడు సంతోషాన్ని కలిగించే విషయాలే కాకుండా, విషాదాల్ని గుర్తుచేసే వస్తువులు కూడా మనకు దర్శనమిస్తుంటాయి.

మీ అటక మీదకి మీరు అప్పుడప్పుడూ ఎక్కుతూ వుంటారా? అటక మీది వస్తువుల్ని అప్పుడప్పుడూ పరిశీలిస్తూ ఉండటం ఎంతో మంచిది. ఈ అటకల మీద ఎంతో విలువైన వస్తువులు దాక్కుని ఉంటాయి. ఎన్నో జ్ఞాపకాల్ని, ఎంతో విజ్ఞానాన్ని ఈ అటకలు మనకు అందిస్తూ వుంటాయి.

మనకు ఎంతో వ్యథ కలిగించిన అనేక విషయాలను మనం సంపాదించిన జ్ఞానం తేలికగా తీసిపడేస్తుంది. అనేక సంవత్సరాల మన అనుభవం, నేర్చుకున్న పాఠాలూ, అటక మీద మనకు గుర్తులుగా నిలుస్తాయి.

ఈ పాఠంలో మిమ్మల్ని మేము అటక మీదకి ఎక్కి కూర్చోమని చెప్పం - మాతో బాటు - కిర్రున చప్పడు చేస్తూ "ఏ క్షణాల్లోనైనా కూలిపోతాం" అని బెదిరిస్తూ - అయినా, ఎప్పటికీ కూలిపోని చెక్కమెట్ల మీద - ప్రక్కనున్న చెక్క బద్దీని పట్టుకుని పడిపోకుండా - జాగ్రత్తగా పైకి ఎక్కి రమ్మని మాత్రం - ఆహ్వానిస్తున్నాం. పైకి వచ్చి జాగ్రత్తగా పరిశీలించండి. ఈ పాఠంలోనూ పైపాఠంలోనూ కూడా మనం మన అటక గదుల్లోనే ఉంటాం. ఈ రెండు పాఠాల్లో మనం అనేక చిన్ని చిన్ని జ్ఞానాంశాల్ని నేర్చుకుంటాం. ఇలాంటి చిన్ని చిన్ని విషయాల కోసం ప్రత్యేకించి విడి విడి పాఠాలు అనవసరం. ఈ పాఠాల్లోని విషయాలు మీకు ఎంతో ఉత్సాహాన్ని రేకెత్తిస్తాయని మేము ఘంటాపథంగా చెప్పగలం. ఎంతో విలువైన జ్ఞానాన్ని మీరు గ్రహించ గలుగుతారు. కాబట్టి మన అటక గురించి ఆలోచించండి. ఈ పాఠాల్ని చదువుతూ ముందుకు సాగండి. మీకు పనికి వచ్చే విషయాలు యిందులో ఎన్ని ఉన్నాయో మీకున్న ఎన్ని సందేహాలను ఈ పాఠాలు తీరుస్తాయో, అగమ్యగోచరంగా అనిపించే ఎన్ని చిన్న విషయాలు మీ కళ్ల ముందు స్పష్టంగా రూపుదిద్దుకుంటాయో గమనించండి.

ఈ పాఠాన్ని తయారు చేయడానికి మేము ఎంతో పరిశోధన చెయ్యాల్సి వచ్చింది! ఎన్నో మూలల్లో గాలించి, ఎన్నో సిద్ధాంతాలను కూలద్రోసి, ఎంతో దుమ్మును రేపాల్సి వచ్చింది! ప్రతి విషయం మీదా తీవ్రంగా ఆలోచనలను చేసే వ్యక్తుల గురించి మేమూ తీవ్రంగా ఆలోచించాం. అమితంగా కష్టపడి మీరు పనిచెయ్యవచ్చు - మీకు తెలుసుకదా! "కష్టపడి అతిగా పనిచెయ్యడం వల్ల ఏ ఒక్కడూ మరణించడు" అనే సామెత మాకు కూడా తెలుసు. కానీ, మనస్సును ఓ విషయం మీద లగ్నం చేసేందుకు అతి తీవ్రంగా పనిచేసే మనిషి సాధించేది తిరోగమనమే కానీ, పురోగమనం మాత్రం కాదు. మాకున్న అనేకమంది విద్యార్థుల నుంచి మాకు ఉత్తరాలు

ఈ విధంగా వస్తూంటాయి. "నేను ఎంతో కష్టపడి మనస్సును తీవ్రంగా లగ్నం చేస్తూ నా సాధనను చేస్తున్నాను. కానీ నాకు తలనొప్పి తప్ప మీరు వర్ణించే ఏ అతీంద్రియ శక్తులూ రావడం లేదు!" అని. ఇక్కడ మనం కాస్సేపాగి ఈ "ఆణిముత్యాన్ని" గురించి చర్చ సాగిద్దాం. ఒక విషయం మీద ఒక వ్యక్తి తీవ్రంగా కృషి చేయవచ్చు. మనుష్యులు చేసే తప్పు ఇది. ఏ వ్యక్తి అయినా ఓ విషయం గురించి తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు అతని ఆలోచనలు అపసవ్యమైన దిశలోకి తిరిగి వెనక్కు వస్తాయి. దీనిని ఇంగ్లీషులో "నెగటివ్ ఫీడ్ బ్యాక్" అంటారు. మొరటుతనంతో పనిచేస్తూ ఏ విజయాన్నీ సాధించకుండా, జీవితంలో ఏ మాత్రం అభివృద్ధి సాధించలేని మొద్దబ్బాయిల్ని మీరు చూసే ఉంటారు. అందరికంటే ఎంతో శ్రమించినా వీళ్లకు ఏదీ కలిసిరాదు. నిరంతరం వీళ్ళు తికమకపడుతూ ఏ విషయాన్నీ నిర్ధారించి తెలుసుకోలేని స్థితిలో ఉంటారు. ఓ విషయం మీద మనస్సు తీవ్రంగా లగ్నం చేసేందుకు మనం ప్రయత్నిస్తే మనలో విద్యుత్ అధికంగా జనించి అసలు ఆలోచనే చెయ్యలేని స్థితి వచ్చేస్తుంది.

మీరు ఓ ఎలక్ట్రానిక్ ఇంజనీరు కాకపోవచ్చు. కానీ విద్యుత్‌నూ ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలూ ఉపయోగించి మానవుడి మెదడు మీద పరిశోధనలను సాగిస్తే ఆ విద్య ఎంతో సజావుగా సాగుతుంది. ఎలక్ట్రానిక్ రంగంలో నేర్చుకున్న అంశాలు మనిషి మెదడు పనిచేసే పద్ధతినే పోలి వుంటాయి. ఉదాహరణకి, మీకు ఓ రేడియోలోని వాల్వ్ ఎలా పనిచేస్తుందో తెలుసా? ఓ గాజు గొట్టంలాంటి బల్బ్‌లో ఒకవైపు కరెంట్ బ్యాటరీ నుంచి కానీ, ఇళ్ల మెయిన్స్ లోంచి గానీ ప్రసారం చేసినప్పుడు వెలిగే ఓ "ఫిలమెంట్" (తీగ) ఉంటుంది. ఈ తీగ ఎర్రటి రంగుతో వెలిగినంతసేపూ పిచ్చిగా ఎలక్ట్రానులను బయటకి చిమ్ముతూ వుంటుంది - ఓ ఫుట్‌బాల్ మైదానంలో జనాలు పరుగులు పెడుతున్నట్లు. అదుపులేని ఈ ఎలక్ట్రాన్ల వల్ల రేడియోకు ఏ ఉపయోగమూ ఉండదు. ఈ ఎలక్ట్రాన్లను అందుకునేందుకు ఈ వాల్వ్ రెండో కొనవైపు ఓ లోహపు ప్లేటు ఉంటుంది. ఎలక్ట్రానులు ఫిలమెంట్ నుంచి పిచ్చిగా బయటికి వస్తూ ఈ లోహపు ప్లేటు వైపు ప్రసరిస్తూంటాయి. ఇలాంటి

ప్రసారం వల్ల కూడా ఏ ప్రయోజనమూ ఉండదు. ఈ ఫిలమెంటు, ప్లేటు మధ్యలో జల్లెడ లాంటి ఆకారం ఉన్న 'గ్రిడ్' అని పిలువబడే ఓ తీగవల ఉంటుంది. ఫిలమెంటు నుంచి బయటకు వచ్చే ఎలక్ట్రాన్లు అన్నీ ఈ గ్రిడ్ లోంచే దూరి ప్లేటును చేరాల్సి ఉంటుంది. ఇప్పుడు ఈ ప్లేటులోకి ఋణవిద్యుత్‌ను పంపితే ఈ చర్యవల్ల ఫిలమెంటు నుంచి ప్లేటుకు చేరే ఎలక్ట్రాన్ల సంఖ్య గణనీయంగా తగ్గిపోతుంది. గ్రిడ్‌లోకి ఋణవిద్యుత్‌ను ఎక్కువగా పంపితే ఋణచర్య వల్ల ఒక్క ఎలక్ట్రాను కూడా గ్రిడ్‌ను దాటి ప్లేటును చేరలేదు. ఈ విధంగా ఎలక్ట్రాన్లను ఒకేవైపుకు పంపే వాల్వ్‌గా ఈ రేడియోలోని వాల్వ్ ట్యూబ్ పనిచేస్తుంది. గ్రిడ్‌కు మనం అందించే ఋణవిద్యుత్‌ను "గ్రిడ్ బయాస్" అనే పేరుతో మనం పిలుస్తూంటాం. గ్రిడ్ బయాస్ ఎక్కువగా ఉంటే తక్కువ ఎలక్ట్రానులూ, తక్కువగా వుంటే ఎక్కువ ఎలక్ట్రాన్‌లు వాల్వ్‌లోని ప్లేటుకు చేరతాయి ఇలాంటి వాల్వ్‌లు రేడియో తరంగాల్ని స్వీకరించి పనిచేయ గలుగుతాయి.

రేడియో వాల్వ్ గురించి విని విని విసుగెత్తిపోయేలోగా మళ్ళీ మనిషి మెదడును గురించిన చర్చలోకి వద్దాం. మనం ఓ విషయం గురించి ఆలోచిస్తూ మన మనస్సును మరీ తీవ్రంగా లగ్నం చేసేందుకు ప్రయత్నం చేసేటప్పుడు మెదడులో ఎక్కువగా తయారైన విద్యుత్తు "నెగటివ్ గ్రిడ్ బయాస్" లాగా పనిచేసి ఆలోచనని ఆపేస్తుంది. అందువల్ల మనం ఈ విషయంలో "అతి"ని ప్రదర్శించకూడదు. తగినంత ప్రయత్నమే చెయ్యాలి. చైనీయులు చెప్పినట్లు - "పట్టుకో మెల్లగా, మెల్లగా కోతిని" - అనే పద్ధతిలో మన మెదళ్ళు ఆలోచనతో అలసిపోనంత తీవ్రతతో మాత్రమే మనస్సును ఓ విషయం మీద లగ్నం చెయ్యాల్సి ఉంటుంది. మీ సామర్థ్యం పనిచేసే స్థాయిలోనే అంటే, "మధ్యేమార్గం" లోనే మీ సాధనను మీరు సాగించాలి.

"మధ్యేమార్గం" అనేది తూర్పుదేశాల్లోని ఓ జీవన విధానం. దీని అర్థం - "మనం మరీ చెడ్డ వాళ్ళుగానూ ఉండకూడదు - మరీ మంచి వాళ్ళుగానూ ఉండకూడదు" అనీ - "ఈ రెండు రకాల మనుష్యుల తత్వాలతో ఉండకుండా మధ్యస్థంగా ఉండాలి" అనీ. మరీ చెడ్డవాళ్ళులాగా మీరు వుంటే పోలీసులు

మిమ్మల్ని పట్టుకుంటారు, మరీ మంచివాళ్ళుగా వుంటే ఈ లోకంలో మీరు జీవించలేరు. కాబట్టే, మహనీయులు ఎందరో ఈ భూమ్మీద వక్రమైన వడి వడితోనో ఓ విపరీతపు ధోరణితోనో జన్మించడం జరుగుతూంటుంది - ఎంచేతనంటే మాలిన్యంతో ఉండే ఈ భూమి మీద ఏ మచ్చా మాలిన్యం లేని ఏ వస్తువూ నిలబడి ఉండలేదు గనుక.

మళ్ళీ మరోసారి - "కఠోర శ్రమ" చేయకండి. సహజమైన రీతిలో, సక్రమమైన ఆలోచన విధానంతో మీ సామర్థ్యపు పరిధిలోనే ప్రయత్నం చేయండి. ఓ బానిసలాగా ఇంకొకళ్ళు ఇచ్చే ఆదేశాలను ఆచరించక్కరలేదు. స్వంత తెలివిని కొంత ఉపయోగించండి. మేము చెప్పిన మాటలను సక్రమంగా అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యండి చాలు. మేము ఒకచోట "ఇదొక ఎర్రరంగు వస్త్రం" అని వ్రాసి ఉండవచ్చు. మీ కళ్ళకు ఈ రంగు ఇంకో రకంగా కనిపించవచ్చు. ఆ వస్త్రం పింక్ కలర్‌లోనో, ఆరెంజి రంగులోనో, పర్పుల్ కలర్‌లోనో ఉన్నట్లు మీకు అనిపించవచ్చు. మేము చూసిన వెలుతురూ మీరు చూస్తున్న వెలుతురుల పరిస్థితీ ఒక్కలాగా ఉండకపోవచ్చు. మీ దృష్టి మా దృష్టి కన్నా భిన్నంగా ఉండవచ్చు. కాబట్టి మరీ మూర్ఖంగా దేన్నీ నమ్మకండి. కొంత "కామన్ సెన్సు"ను ఉపయోగించండి. మధ్యే మార్గాన్ని అవలంభించండి. ఈ మధ్యే మార్గం మీకు ఎంతో ఉపయుక్తంగా ఉంటుంది!

ఈ మధ్యేమార్గంలో నడిచేందుకు ప్రయత్నించండి. ఈ పద్ధతి మీలో సహనాన్ని పెంచుతుంది. ఇంకొకళ్ళ అభిప్రాయాలను మీరు గౌరవించేలా, మీ అభిప్రాయాలను ఇతరులు గౌరవించేలా నడుచుకునే ప్రయత్నం చేయ్యండి. చైనా, జపాన్ లాంటి దేశాల్లో మత గురువులు, ఇంకా అనేకమంది "జూడో" లాంటి కుస్తీలనూ మార్షల్ ఆర్ట్సునూ నేర్చుకుంటారు. అందరితో పోట్లాడేందుకు కాకుండా ఆత్మనహనాన్ని (ఆత్మనిగ్రహాన్ని) సాధించుకునేందుకు ఈ మల్ల విద్యలు దోహదం చేస్తాయి. పోట్లాట నిజంగా జరిగే పరిస్థితుల్లో వీళ్ళు "లొంగిపోయి" విజయాన్ని సాధిస్తారు. జూడో సంగతే గమనించండి. ఈ యుద్ధవిద్యలో మన బలం ప్రత్యర్థి బలం కన్నా తక్కువగా

ఉన్నా మరేం పర్వాలేదు. ప్రత్యర్థిబలం అతడికే వ్యతిరేకంగా పనిచేసే పద్ధతిలో జూడో విద్య మనకి మెలకువలను నేర్పుతుంది. బలహీనంగా కనిపించే ఓ జూడో నేర్చుకున్న స్త్రీ అమిత బలాఢ్యుడైన రౌడీని, అతడికి జూడో విధానం తెలియకుండా ఉన్న పక్షంలో సులభంగా ఓడించగలుగుతుంది. బలమైన వ్యక్తి బలమైన పద్ధతిలోనే తన దాడిని జరుపుతాడు. ఆ దాడిని నేరుగా ఎదుర్కొనకుండా "లొంగిపోయే" పద్ధతిలో జూడో విధానం ఉండడం వల్ల ఆ బలాఢ్యుడైన వ్యక్తి కేవలం తన బలంతో తన శరీరాన్నే బాధించుకుంటాడు. అతని బరువే క్రింద పడుతున్నప్పుడు అతడిని బాధిస్తుంది.

మనం కూడా జూడో పద్ధతిని అవలంభించి మనకు ప్రతికూలంగా ఉన్న శక్తులనే ఉపయోగించుకుని మన సమస్యలకు పరిష్కారాన్ని సాధించవచ్చు. అలసిపోకుండా మిమ్మల్ని మీరే శక్తిహీనులుగా మార్చుకోకుండా వుండండి. మిమ్మల్ని వేధిస్తున్న సమస్యను గురించి ఆలోచించండి, చాలామందిలాగా సమస్యను వదిలేసి పారిపోకండి. చాలామంది మనుష్యులు ఓ సమస్యను సూటిగా ఎదుర్కోవడానికి ధైర్యం చాలక, ప్రక్కదార్లు త్రొక్కి తప్పించుకుని పోబోయే ప్రయత్నాలను చేస్తారు. ఇటువంటి వారి సమస్యలు ఎప్పడూ ఒక కొలిక్కి రానే రావు. మీ సమస్య ఎంత జటిలమైనదైనా, మీరు తప్పు చేసి బాధపడుతూ వున్నప్పటికీ, ఆ సమస్య మిమ్మల్ని ఎలా బాధిస్తుందో జాగ్రత్తగా పరిశీలించండి. ఆ సమస్యకు బీజం ఏమిటో దాన్ని గురించి ఆలోచించండి. మిమ్మల్ని అంతగా కలవరపెడుతున్న ఆ భయం ఏమిటో గుర్తించండి. మీరు దేనికి భయపడవలసి వస్తూందో అర్థం చేసుకోండి. మీ మనస్సు గురించి అన్ని కోణాల నుంచీ ఆలోచించిన మీదట దాన్ని గురించిన ఆలోచననే చేస్తూ నిద్రలోకి జారుకోండి. ఇలా చేస్తే ఆలోచనలు ఇంకా బాగా ఆలోచన చెయ్యగలిగిన మస్తిష్కపు లోపలి పొరల్లోకి దిగుతాయి. మీ ఆలోచనలు మీ పూర్ణాత్మకి అందుతాయి. మీ పూర్ణాత్మ మీ కన్నా ఎక్కువ స్పష్టతతో ఆ సమస్యను ఎదుర్కొగల సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మీకన్నా ఎక్కువ పరిజ్ఞానం పూర్ణాత్మకు ఉంటుంది. స్థూల శరీరంతో పోలిస్తే పూర్ణాత్మ ఎన్నోరెట్లు గొప్పది. మీ పూర్ణాత్మ, గానీ, అచేతన

స్థితిలోని మీ మనస్సు గానీ ఆ సమస్యను సాధించి ఓ సమాధానాన్నీ పరిష్కారాన్నీ మీ చేతనావస్థలోని మెదడుకు అందేలా చేయగలుగుతాయి. మీ జ్ఞాపకాల పొరలలో ఈ పరిష్కారం లభిస్తుంది. మీరు తరువాత నిద్రలోంచి లేచి స్పృహలోకి వస్తూనే ఈ ఆలోచన మీ ఎదుట కనిపించి మిమ్మల్ని ఆశ్చర్యచకితుల్ని చేస్తుంది. అంతవరకూ మిమ్మల్ని వేధించిన సమస్యలకు పరిష్కారం అనుకోని రీతిలో లభించి మీ వేదన పూర్తిగా అంతమై మీరు స్వస్థత పొందుతారు.

మన "అటక" బాగుంది కదూ? దుమ్ము పట్టిపోయి ఉన్న మరో విలువైన వస్తువుని గురించి తెలుసుకుందాం. దుమ్ము దులిపి ఈ పెట్టెలో ఉన్న నిధి ఏమిటో చూద్దాం.

ఈ రోజుల్లో చాలామంది అనుకునేదేమిటంటే "నిజంగా మంచిగా ఉండాలనుకునే వాళ్ళు నిజంగా అత్యంత దయనీయ పరిస్థితుల్లో ఉండవలసి రావడమే"నని. వాళ్ళు పొరబాటుగా అనుకునేదేమిటంటే "అలాంటి మంచివాళ్ళు అందరూ భీకరంగా ఏడుపు ముఖం పెట్టుకుని తిరగాల్సి ఉంటుంది" అని. అలాంటి మత ఛాందస వాదులకి నిజానికి ఓసారి చిరునవ్వు నవ్వాలన్నా భయమే - నవ్వితే వాళ్ళ మొహం పగిలిపోవచ్చు. లేదా ఇంకా దరిద్రపు పరిస్థితుల్లో వాళ్ళు కప్పకున్న మతపు పొరలు తొలగిపోయి తమ నిజస్వరూపం బయటపడిపోవచ్చు. "దైవానుగ్రహం" grale of God కోల్పోతే నరకంలో ఉండాల్సి వస్తుందన్న భయంతో చిరునవ్వు కూడా నవ్వలేని ఏడుపుగొట్టు ముఖం మనిషి గురించి మీకు తెలిసే వుంటుంది!

మతం, నిజమైన మతం, ఎంతో సంతోషంగా ఉండమంటుంది. ఈ జీవితం అంతమైపోయిన తరువాత కూడా వున్న నిత్య జీవితాన్ని మనకి బోధిస్తుంది. ప్రయత్నించే వాళ్ళకు తగిన బహుమానాన్ని ఇస్తాననే మాట ఇస్తుంది. చావు అనేది లేదనీ, చింతించాల్సిన అవసరం అస్సలు లేదనీ, భయపడాల్సిన విషయం కూడా ఏదీ లేదనీ నిజమైన సత్యం చెబుతుంది. మనిషిలో అంతర్లీనంగా అంటిపెట్టుకుని ఓ భయం ఉంటుంది - చావు గురించి. ఈ చావు భయమే మనిషిని ఆత్మహత్య చేసుకోకుండా ఆపుతుంది.

ఈ భయమే లేకపోతే అందరూ పరలోక సుఖాల కోసమే వెంపర్లాడుతూ తమ ఇహ లోకపు జీవితాలని అంతం చేసేసుకోవచ్చు - క్లాసు ఎగ్గొట్టి సోమరితనంతో తిరుగుతూ ఎలాంటి అభివృద్ధినీ సాధించలేని విద్యార్థిలాగా!

మనం మతాన్ని నిజంగా నమ్మే పక్షంలో, ఆ మతం ఏం వాగ్దానం చేస్తుందంటే ఇహలోకపు సంకెళ్ళు తెరచుకుని పరలోకానికి వెళ్ళిన తర్వాత మనల్ని వేధించిన మనుష్యులెవ్వరూ అక్కడ మనకి కనిపించరనీ, మనలను కష్టపెట్టిన వ్యక్తులను మనం చూడలేమనీ చెబుతుంది. నిజమైన మతం ఓ సంతోషదాయకమైన విషయం. నిజమైన మతాన్ని మీరు ఆచరిస్తూ ఉంటే నిరంతరం సుఖంతో ఓలలాడుతూ ఉంటారు.

రహస్య విజ్ఞాన శాస్త్రాలని అధ్యయనం చేసేవాళ్ళూ, వేదాంతులూ "గొప్ప మోసగాళ్ళు" అని మేము ఒప్పుకోక తప్పడం లేదు. ఓ మతం వాళ్ళు ఉన్నారు - ఆ మతం పేరు మేము చెప్పడం లేదనుకోండి - తమ మతం వాళ్ళకే స్వర్గంలో చోటు ఉంటుందనీ, మిగతా అన్ని మతాలవాళ్ళూ నరకాల్లో యాతనలను అనుభవించాల్సిందేననీ ప్రచారం చేసుకుంటూ ఉంటారు. ఇలాంటి విషయాలను మేము నమ్మం. వాళ్ళ ప్రచారం చేస్తున్నవన్నీ బూటకపు మాటలే. "నమ్మకం" ఒక్కటి ఉంటే చాలని మా నమ్మకం. మతాన్నీ రహస్యశాస్త్రాల్నీ నమ్మినా పర్వాలేదు. "నమ్మకం" మాత్రం ముఖ్యం.

రహస్యవిద్యల్లో (Occultism) నిజంగా ఉన్న రహస్యాలు ఎక్కాలకంటే జటిలమైనవి కావు. చరిత్ర కంటే తికమకపెట్టేది కాదు. భౌతికంగా కనిపించని విషయాల గురించిన అధ్యయనాలు మాత్రమే అవి. మన శరీరంలో ఓ నరం ఎలా పనిచేస్తుందో తెలుసుకున్న మనం కాలివ్రేలు ఎలా గుంజుకుంటుందో తెలుసుకున్న ఆనందంతో ఎలా పరవశించిపోమో, అదే విధంగా ఎథిరిక్ శక్తి (ప్రాణశక్తి)నని మనం ఒక మనిషి శరీరం నుంచి మరొకరి శరీరంలోకి పంపించ వచ్చునని తెలుసుకున్నప్పుడు కూడా ఉత్సాహంతో పేట్రేగిపోనక్కరలేదు. "మన చుట్టూ ఆత్మలు తిరుగుతూ ఉన్నాయి" అని అనుకోనక్కర లేదు!

సంతోషించండి - ఒక్కో రహస్య విద్యనూ మీరు నేర్చుకున్నప్పుడల్లా, ఒక్కో మతం గురించి మీరు తెలుసుకున్నప్పుడల్లా, "జీవితానంతరం ఇంకా గొప్ప జీవితం మరొకటి ఉంది" అనే సత్యాన్ని స్పష్టంగా గుర్తించగలుగుతూ ఉంటారు. పనికిరాని దుస్తులను విసిరిపారేసే పద్ధతిలో శిథిలమైన మన శరీరాన్ని మనం మన సమాధులలో వదలి పెట్టేస్తున్నామని తెలుసుకోండి. వేదాంత జ్ఞానంలో మనం భయపడాల్సిన అంశాలేవీ ఉండవు. అలాగే, ఏ మతంలో కూడా మనం భయపడాల్సిన అంశం ఉండదు. సరియైన మతం గురించి ఎంత ఎక్కువ తెలుసుకుంటే అంత ఎక్కువ "నమ్మకం" మీలో ఊపిరిపోసుకుంటుంది. తమ మతంలోని ధర్మాన్ని వీడి అజ్ఞానపు అగాధాల్లో పడపోయే వారికి "నరకయాతనలను విధించే" మతాలు వాటిని ఆచరించే వాళ్ళకి ఏ సేవా చెయ్యడం లేదు. ప్రాచీనకాలంలో పుట్టిన మొరటు మనుష్యులను భయపెట్టే పద్ధతిలో ఈనాటి మేధావులను హడలు గొట్టాలని ప్రయత్నించడం నిజంగా అవివేకం - సరైన పద్ధతి కాదు - ఈ పద్ధతీ దృక్పథమూ మారి తీరాలి.

భయపెట్టేకన్నా ప్రేమతోనే పిల్లలను అదుపులో పెట్టడం సులభమని ఏ తల్లిదండ్రులైనా ఒప్పుకుంటారు. " పోలీసులను పిలిచి పట్టించేస్తాం" అనీ, "ఎవరికైనా అమ్మేస్తాం" అనీ భయపెట్టే తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకూ, తరవాత తమ జాతికి కూడా నరాల బలహీనత జబ్బును తెప్పించేస్తారు. అనునయంతోనే, కానీ, "స్థిరంగా" తమ మాటని చెప్పి పిల్లలను అదుపుతో పెంచే జననీ జనకులే ఆదర్శవంతులైన పౌరుల్ని తయారు చేయగలుగుతారు, చక్కటి సమాజాన్ని నిర్మించగలుగుతారు. పిల్లలను తల్లిదండ్రులు దయతో, క్రమశిక్షణతో పెద్దవాళ్ళను చేయాలని మేము ఒప్పుకుంటాము, ఉద్బోధిస్తాము. "క్రమశిక్షణ" అంటే కఠినంగా ఉండడం కాదు; క్రూరంగా హింసించడమూ కాదు.

మళ్ళీ ఇందాక అనుకున్నట్లు - మతంలోని ఆనందాన్ని ఆస్వాదించండి. ప్రేమను బోధించే "జననీ జనకులకు" మనం "సంతానంగా" జన్మించాలి. ప్రేమ, కనికరం, వివేకం మనం నేర్చుకోవాలి. అబద్ధపు విలువలను మనం

త్యజించాలి. అనవసరపు భయాలనూ, అర్థం లేని శిక్షలనూ, అంతులేని నరకాన్నీ మరచిపోవాలి. "అంతులేని నరకయాతన" అనేదే లేదు. ఎవ్వరినీ ఈ సృష్టి వెలివెయ్యదు. సూక్ష్మలోకాల నుంచి ఎవ్వరూ తరిమి వేయబడరు. ఎంత దుర్మార్గులకైనా రక్షణ లభిస్తుంది. ఎవ్వరూ ఎక్కడికీ పారి పోనక్కరలేదు. "అంతరిక్ష విజ్ఞాన కోశం" గురించి మనం తరువాత తెలుసుకుంటాం - ఇందులో మనకేం తెలుస్తుందంటే పరీక్షలో ఉత్తీర్ణుడు కాలేకపోయిన విద్యార్థికి మరో అవకాశం యిచ్చినట్టుగానే ఎంత దుర్మార్గుడికైనా బాగుపడేందుకు అవకాశాలు మళ్ళీ మళ్ళీ వస్తాయని.

ఉత్తీర్ణుడు కాలేకపోయిన ఓ విద్యార్థిని సన్నటి మంటల మీద వేయించాలనీ, లేకపోతే భూతాలు నమిలి మింగేయ్యాలనీ మనం అనుకోకూడదు. ఉపాధ్యాయులు ఆ విద్యార్థిని గట్టిగా మందలిస్తారే తప్ప ఏ హానీ అతడికి జరగాలని కోరుకోరు. అదే విధంగా భూమి మీద మీరు ఒకవేళ తప్పదారి త్రొక్కితే, ఈ అవకాశాన్ని వృధాచేసుకుంటే, మరే ఆందోళనా చెందకండి! మీకు మళ్ళీ ఓ అవకాశం తప్పక లభిస్తుంది. "దేవుడు" క్రూరుడు కాడు. మిమ్మల్ని ఉద్ధరిస్తాడే తప్ప నాశనం చెయ్యడు. భగవంతుడు మనల్ని నాశనం చేసేందుకు కాచుకుని ఉంటాడనీ ముక్కలు ముక్కలుగా నరికెయ్యడమో లేక ఆకలితో ఉన్న భూతాలకు ఆహారంగా విసిరిపారేస్తాడనో మీరనుకున్నట్టయితే దేవుడికి తీరని ద్రోహం చేస్తున్నట్టే. మనం ఓ దేవుడిని నమ్ముతున్నట్టయితే ఆ దేవుడిని కరుణామూర్తిగా ఊహించాలి. ఎలాగైతే దేవుడిని "కరుణామూర్తి"గా మనం ఊహించుకుంటామో అలాగే మనం కూడా సాటి జీవరాసుల మీదా, సాటి మనుష్యుల మీదా కరుణ చూపించగలిగి ఉండాలి!

చాలా కాలం నుంచీ ఎవరూ పట్టించుకోకుండా విడిచివేయబడి దుమ్ము పట్టిపోయి ఉన్న మరోపెట్టెను కూడా తెరిచి అందులో ఏ విషయం దాక్కుని ఉందో చూద్దాం.

"అంతరిక్ష విజ్ఞానకోశం" ప్రకారం యూదులు "ఇదివరకటి కల్పంలో సక్రమంగా నడచుకోలేక అభివృద్ధి సాధించలేని ఓ జాతి"గా తెలుస్తోంది.

చెయ్యరాని పనులన్నీ వాళ్ళు చేశారు. చెయ్యాల్సిన పనులనేకం మధ్యలోనే వదిలేశారు. శారీరకమైన ఆనందాల్నే ఎప్పుడూ కాంక్షిస్తూ భోగలాలసులై, తిండిపోతులై దేహాల్ని పెంచుకున్నారని తెలుస్తోంది. నూనెలో వేయించిన ఆహారాలు తినీ, తినీ వారి సూక్ష్మశరీరాలు "వారి బంకమట్టి దేహాల్ని వదలిపెట్టి సూక్ష్మశరీరయానాలను కూడా చెయ్యలేని స్థితి" లో వారి శరీరపు తిత్తులలో ఇరుక్కుని ఉండేవని తెలుస్తోంది. అటువంటి అప్పట ఆ యూదులు నాశనం అయిపోలేదు. ప్రస్తుతపు సృష్టిలో మళ్ళీ వాళ్ళకి బాగుపడే అవకాశం కల్పించబడింది. మొట్టమొదటగా ఈ భూమి మీదకు వచ్చిన అనేక జాతుల మనుష్యులకు ఈ యూదులు విచిత్రంగా కనిపిస్తారు. ఓ ప్రత్యేకమైన రీతిలో గోచరిస్తారు. ప్రత్యేకంగా తమకంటే భిన్నంగా కనిపించే మనుష్యులను మిగతా జనాలు వెలివేసే ప్రయత్నం చేస్తారు - వేధించే ప్రయత్నం చేస్తారు - నాశనం చేసే ప్రయత్నం చేస్తారు. వేటాడుతారు. ప్రస్తుతపు యూదులకు జరుగుతున్నదీ అదే. ఒకసారి ఉత్తీర్ణులు కాలేక మళ్ళీ అదే తరగతిలో ఇంకోసారి కొనసాగుతున్న విద్యార్థులలాంటి వీరు ప్రస్తుతకల్పంలో ఓర్పుతో ముందుకు సాగి వెళ్ళే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. ఈ యూదుల జ్ఞానానికి కొంతమంది అసూయపడతారు. వీరి సహనశక్తి అసమానమైనది. ఎంతటి పరీక్షలకైనా తట్టుకుని నిలబడగలిగే ధైర్యాన్ని యూదులు కలిగి ఉంటారు. అయితే, మనం ప్రస్తుతం నేర్చుకుంటున్నది యూదుల గురించీ, "జెంటైల్స్" గురించీ కాదు. (క్రైస్తవ మతస్థులు కాని యూదులను "జెంటైల్స్" అంటారు). ఓ మతంలోని సంతోషాన్ని గురించి మనం తెలుసుకుంటూ ఉన్నాం. భయంతో నేర్చుకోలేని ఎన్నో విషయాలను మనం సంతోషంతో నేర్చుకోగలుగుతాము. ఈ సృష్టిలో అనంతమైన - పదే పదే ఈ మాట చెప్పలేము!- వేదన, నరకయాతన అన్నవి లేనేలేవు. శిక్ష కోసం మీ శరీరాలను కాల్చే నరకపు మంటలు లేవు. మీ ఆలోచనలను గమనించండి. మీరు నేర్చుకున్న జ్ఞానాన్ని పరీక్షించండి. మీ మతంలో మీరు ప్రేమనూ ఆనందాన్నీ పొందగలగాలి. "మిమ్మల్ని చావగొట్టి నిరంతరం ఉండే చీకటి కొట్లలోకి మిమ్మల్ని పడేసే క్రూరుడైన ఓ తండ్రి" మీకుంటే దానికి మీరు బాధ్యులు కారు. ఇహలోకంలో కష్టసుఖాలన్నింటినీ

మనకంటే ముందే అనుభవించి ఉత్తమ లోకాలను పొందిన అనేక మహనీయులనూ, గురువులనూ మనం గుర్తు చేసుకునేందుకు ప్రయత్నం చేస్తున్నాం. అనంత విజ్ఞానాన్ని వాళ్ళు గ్రహించగలిగారు. భూమి మీద మనుష్యులు జన్మించక ముందే ఈ ఉన్నత జీవులు జ్ఞాన సంపన్నులయ్యారు. అన్ని ప్రశ్నలకూ సమాధానాలు తెలిసిన ఆ మహనీయులకు మన కష్టాలు కూడా తెలుసు. ఆ మహాజ్ఞానులు దయాసాగరులు కూడా. ఇప్పుడు ఈ అటక మీది నిధుల మధ్యనుంచి "మీ మతంలో మీరు ఆనందం పొందండి" అనే విలువైన మాటను మేము మీకు వినిపిస్తూ ఉన్నాం. మీ మతం గురించి ఆలోచిస్తూ ఓ చిరునవ్వుని మీ శిరస్సున ధరించండి. మీరు మీ దేవుడిని ఏ పేరుతో పిలిచినా పూర్తి "నమ్మకం" కలిగి ఉండండి చాలు. ఆ దేవుడు మీ భయాలకూ, ఆందోళనలకు అభయతరంగాల్ని ప్రసాదించేందుకు సిద్ధంగా ఉంటాడు.

ఇక మనం ఈ అటక నుంచి చప్పుడు చేసే మెట్ల మీద నుంచి దిగి క్రిందకి వెళ్ళే సమయమైంది. త్వరలో మరోసారి ఈ అటక మీదే మళ్ళీ మనం కలుసుకుందాం. ఇక్కడే నేల మీద దుమ్ము, క్రింద, అక్కడి అలమార్లలో ఇంకా మనం గమనించాల్సిన విషయాలు చాలా మిగిలి ఉన్నాయి. వాటి వల్ల మీకు ఉత్సాహం, లాభం కూడా కలుగవచ్చు. మళ్ళీ మిమ్మల్ని మేము పైపాఠంలో ఈ అటక మీదే కలుసుకోవచ్చునా?

పదహారవ పాఠం

భయం

మళ్ళీ మనం అటక మీదే కలుసుకున్నాం కదా! ఈ అటకను మేము కొంత శుభ్రపరచి కొన్ని కొత్త విషయాలను గుర్తించాం. మీకు కలిగే కొన్ని అనుమానాలను ఈ విషయాలు తీరుస్తాయి. ముందుగా ఈ విషయాన్ని చూడండి. కొంతకాలం క్రితం మాకు వచ్చిన ఓ ఉత్తరం ఇది. ఇందులో ఏం ఉందంటే - మీకు చదివి వినిపించనా?

"భయం గురించి మీరు ఎంతో వ్రాశారు. ఒక్క భయానికి తప్ప, మరే విషయం గురించీ భయపడక్కరలేదని వ్రాసారు. మీ జవాబులో 'భయం' వల్లనే నేను అభివృద్ధి చెందలేకపోతున్నానని వ్రాశారు. నేను వెనకబడిపోతున్నానని వ్రాశారు. నేను 'భయపడు'తున్నట్టు నాకు అనిపించడం లేదు. నేను భయపడడం లేదని అనుకుంటున్నాను. మరయితే ఇలా ఎందుకు జరుగుతోంది?"

నిజమే, ఇదొక ఉత్సాహాన్ని రేకెత్తించే సమస్యే! "భయం" "భయపడడం" వల్లే ఓ వ్యక్తి అభివృద్ధి సాధించలేడు. ఈ విషయం గురించి బాగా పరిశీలన చేద్దామా? కాస్సేపు కూర్చోండి; భయాన్ని గురించి మాట్లాడుకుందాం.

మనకందరికీ కొన్ని భయాలు ఉంటాయి. కొందరికి చీకటంటే భయం. కొందరికి సాలెపురుగంటే భయం - అంటే చేతనావస్థలో ఉన్న మన

మనస్సు జ్ఞాపకాల్లో ఈ భయాన్ని గురించిన జ్ఞానం సుస్పష్టంగా గోచరమవుతూ ఉంటుంది. సరే, ఇక్కడ ఓ క్షణం పదోవంతు మాత్రమే; మిగిలిన తొమ్మిది వంతుల అచేతన అవస్థలోని మన మనస్సు గురించి - దీన్నే మనం అంటూంటాం - ఈ అచేతనావస్థలో భయం ఉంటే ఏం జరుగుతుంది? (ఇలాంటి భయాలు మామూలుగా మీ దృష్టికి రావు).

కొన్ని పనులను మనం ఎవరో బలవంతపెడుతున్నట్లు అనిపించి చేస్తూ ఉంటాం. అలాగే కొన్ని పనులను జరగనీయకుండా ఎవరో బలవంతంగా ఆపుతున్నట్లు అనిపించి చెయ్యనే చెయ్యం. మనం ఎందుకు కొన్ని పనులను చెయ్యమో మనకు తెలీనే తెలీదు. మనకు ఏదీ పై పైన కనిపించదు. ఓ సైకాలజిస్టు (మనస్తత్వవేత్త) వద్దకు వెళ్తే ఆయన మనల్ని ఓ శయ్య మీద సుఖంగా పడుకోబెట్టి నెమ్మదిగా ప్రశ్నిస్తూ మన భయాలకి అంతర్లీనంగా మన అచేతన మనస్సుల్లో దాగి ఉన్న కారణాన్ని బయటకు లాగుతాడు. ఈ కారణం మన బాల్యంలో జరిగిన ఓ సంఘటన వల్ల ఏర్పడి ఉండవచ్చు. మామూలుగా పై పైన వున్న మన జ్ఞాపకాల చైతన్యంలోకి ఈ భయూలు అందవు. చెదలు ఓ కర్రని లోపలి నుంచే తొలిచేట్టు మన అచేతనావస్థలో దాగి ఉన్న భయాలు మనల్ని లోపల్నించి తొలిచేస్తూ ఉంటాయి. "పైకి మామూలుగా బాగానే ఉన్నట్టు" కనిపించే ఈ భవనం ఓ రోజు ఉన్నట్టుండి కూలిపోతుంది. అప్పుడు కానీ మనకు చెదలు కనిపించవు. మనలోని భయాలు కూడా సరిగ్గా ఇలాగే ఉంటాయి. మనం మనలోని అంతర్లీనంగా వున్న భయాన్ని గుర్తించకపోయినా అది మన మనస్సుల్లో ఉండి తీక్షణంగా పనిచేస్తూనే ఉంటాయి. అక్కడ ఆ భయాలు దాక్కొని ఉన్నట్టు మనకు తెలియదు. కనుక ఏమీ చెయ్యలేని నిస్సహాయ స్థితిలో ఉంటాం.

మన జీవితకాలం అంతా మన ప్రవర్తనను నిర్దేశించే అనేక ప్రేరేపణలు జరుగుతూనే ఉంటాయి. ఒక వ్యక్తి క్రైస్తవుడుగా జన్మిస్తే అతడికి కొన్ని పనులను "చెయ్యకూడదు" అని బోధిస్తారు. మరికొన్ని పనులు పూర్తిగా నిషేధించబడతాయి. కానీ, ఇంకోమతం వాళ్ళకి అలాంటి నిషేధాలు

ఉండకపోవచ్చు. అందువల్ల అలాంటి పనులను చేస్తూన్న సందర్భాలల్లో మనం మన జాతి చరిత్ర గురించీ, వంశ చరిత్ర గురించీ కూడా తెలుసుకోవాల్సి వస్తుంది.

'దయ్యం' అనేదేదైనా కనిపిస్తుందేమోననే భయం మీకు ఉందా? ఎందుకు ఉంది? మీ 'వెంకాయమ్మ అత్తయ్య' బ్రతికున్నప్పుడు మిమ్మల్ని ఎంతో ప్రేమిస్తూ ఉండేది కదా, అమె మరణించి ఉత్తమ లోకాల్లోకి వెళ్ళిన తరువాత కూడా మిమ్మల్ని ప్రేమిస్తూ ఉండదనుకోవడానికి ఏ ఆధారాలున్నాయి మీకు? అలాంటప్పుడు 'వెంకాయమ్మ అత్తయ్య' దయ్యాన్ని చూసేందుకు మీకు భయం దేనికి? ఓ దయ్యం ఎలా ఉంటుందో మనకు అస్సలు తెలియదు కనుకే మనకీ భయాలు. దెయ్యాలు ఉండవని మన మతం చెప్పవచ్చు; లేకపోతే మీరు ఓ సన్నాసిగానో, సన్నాసి గారి స్నేహితుడిగానో లేక మరొకరుగా ఉంటే తప్ప అలాంటి దెయ్యాలు ఏవీ మీకు కనిపించవని మీ మతం మీకు నేర్పిస్తూ ఉండడం వల్లే మీకు ఇలాంటి భయాలు కలుగుతూ ఉండవచ్చు. మనకు అర్థం కాని విషయాల గురించి మనం భయపడతాం. మనకు పాస్‌పోర్టులూ, భాషా సమస్యలూ ఉండకపోతే ఇన్ని యుద్ధాలు జరగవేమోననిపిస్తుంది - మీరు కూడా ఆలోచించి చూడండి. ఎందుకంటే, రష్యన్లంటే మనకు భయం, టర్కీ వాళ్ళంటే మనకు భయం. ఆఫ్ఘన్లంటే మనకు భయం. ఇంకొకళ్ళంటే మనకు భయం - ఎందుకంటే వాళ్ళు మనకు అర్థం కారు కనుక! మనం ఏం చేస్తే వాళ్ళు మండిపడతారో, కోపం వస్తే వాళ్ళలా ప్రవర్తిస్తారో మనకు తెలియదు కనుకే ఈ భయాలు అన్నీ.

"భయం" అనేది ఒక ఘోరమైన వస్తువు. అది ఓ జబ్బు. అది ఒక పీడ. మన తెలివిని అది హరింపజేస్తుంది. మనకు ఓ విషయం గురించి కొన్ని అభ్యంతరాలు ఉన్నట్టయితే మనం లోతుకు వెళ్ళి ఆ అభ్యంతరాలు ఉండడానికి కారణం ఏమిటో తరచి తెలుసుకోవాలి. ఉదాహరణకి: కొన్ని మతాలు "పునర్జన్మలు ఉండవు" అని చెబుతాయి. ఎందువల్ల? స్పష్టంగా కనిపించే ఒక కారణం ఇది. పూర్వకాలంలో మతాధిపతులు నిరంకుశంగా తమ పెత్తనాన్ని చెలాయిస్తూ ఉండేవారు. అందరినీ భయపెట్టి పనులు

చేయించుకునేవారు. అంతులేని 'నరకయాతన' గురించి చెప్పి భయపెట్టేవారు. ఈ జన్మే సార్థకం చేసుకోవాలనీ, ఇంకో జన్మ ఉండదనీ ప్రజలని మభ్యపెడ్తూ ఉండేవారు. పునర్జన్మ గురించి వాళ్ళకు తెలిస్తే సరిగ్గా పనులు చెయ్యలేరేమోనని ఈ మతాధికారుల భయం. మరో జన్మలో కష్టపడేందుకు ప్రజలు సిద్ధపడవచ్చుకదా! ఈ సందర్భంలో ఇక్కడ ఓ మాట చెప్పకోవాలి. ఇదివరకు చైనాలో ఒక మనిషి ఓ అప్పను తీసుకుని మరుజన్మలో దాన్ని తిరిగి చెల్లిస్తానని అగ్రిమెంటు వ్రాసుకునే సదుపాయం ఉండేది! చైనా నాశనమవడానికి ఈ పునర్జన్మల మీద ఉన్న ప్రగాఢ విశ్వాసమే ఓ కారణమని చెప్పకోవచ్చు. ఆ విశ్వాసం ఎక్కువగా ఉన్నందువల్ల చైనీయులు ఈ జన్మని నిర్లక్ష్యం చేసి మరో జన్మలో బాగుపడదామని నిర్ణయం తీసుకుని సాయంత్రం కాగానే మద్యం సీసాల్ని బయటకు తీసేవారు. వాళ్ళ వర్తమాన జీవితం అంతా ఓ సెలవు రోజుగా గడిచిపోతూ ఉండేది. ఈ విధంగా చైనీయుల సంస్కృతి మొత్తం నాశనమైంది.

మళ్ళీ ఇంకోసారి - ఇంకోసారి మిమ్మల్ని మీరు పరీక్షించుకోండి! మీ తెలివిని పరీక్షించుకోండి! మీ ఆలోచనలను పరీక్షించుకోండి. "అంతర్విశ్లేషణ" చేసుకుని మీ అచేతనా మానసంలో ఏయే అభ్యంతరాలు చోటుచేసుకుని ఉన్నాయో పరీక్షించుకోండి. మీరు ఎందుకు భయపడుతున్నారో తెలుసుకోండి - మీ ఆందోళన ఎందుకోసమో గ్రహించండి. భయానికి కారణాన్ని త్రవ్వి తీసి కనుక్కున్నారంటే ఇక మీకు భయాలు ఏవీ మిగిలి లేవని అర్థం అవుతుంది. భయం వల్లనే సూక్ష్మశరీర యానాన్ని చాలామంది చెయ్యలేకపోతున్నారు. నిజానికి సూక్ష్మశరీరయానం చెయ్యడం చాలా సుళువు. శ్రమేం లేదు గాలి పీల్చుకున్నంత సులువుగా చెయ్యొచ్చు. కాని చాలా మంది భయపడతారు, నిద్రకూడా చావు లాంటిదే. నిద్ర మృత్యువును గుర్తు చేస్తుంటుంది. ఏదో ఒకరోజు మనం నిద్రకు బదులు పూర్తి నిద్రలోకి వెళ్ళిపోతామేమో? ఇలాంటివి జరుగవు - జరుగలేవు. సూక్ష్మశరీరంలో ఏ భయమూ లేదు. భయంలోనే భయం ఉంది. మీకు తెలిసిన విషయాల్లో కొద్దిగానూ, తెలియని విషయాల్లో ఎక్కువగానూ భయం మీకు కలుగుతుంది.

ఈ చిన్న సంగతి గురించి చాలా సేపు మాట్లాడుకున్నాం కదూ? ఇక ముందుకు సాగుదాం. ఇంకా తెలుసుకోవాల్సిన విషయాలు బోలెడు ఉన్నాయి. అవి పూర్తయ్యాకే మరో పాఠంలోకి వెళదాం. మీ చుట్టూ ఓ సారి చూసుకోండి. మీ దృష్టికి కుతూహలాన్ని రేకెత్తించేదేదయినా కనిపిస్తోందా? అక్కడ ఓ ఆభరణం ఉంది కనిపిస్తోంధా? దివ్యంగా ఉంది కదూ? అరే - ఈ మాటతో మనం మరో విషయాన్ని అనుకోకుండానే మొదలు పెట్టినట్లయిందే!

"దివ్యంగా" - లేక "అలౌకికంగా" ఒక వస్తువు ఉందని మనం అనుకుంటూ వుంటాం. మనం చెప్పకునే అనేక సామెతల్లో మాటలు ఓ విషయాన్ని గురించి నిజంగా వర్ణించినట్లే ఉంటాయి. ఓ మనిషి అపురూపమైన ఓ వస్తువును చూసి "ప్రపంచానికి అతీతంగా ఉంది" అని అనుకోవచ్చు. ఈమాట ఎంతో నిజం! కార్బన్ అణునిర్మితమైన ఈ ప్రపంచంలో బందీల్లాగా ఉన్న మనం - అంతులేని కష్టాలు, పరీక్షలు అనుభవిస్తున్న మనం ఆ బంధం నుంచి తప్పించుకోగానే అలౌకికమైన శబ్దాలనూ వినవచ్చు. దివ్యమైన వర్ణాలను చూడవచ్చు; ఈ శబ్దాలూ వర్ణాలూ నిజంగానే "అలౌకికాలు" ఇక్కడ మన "అజ్ఞానం" అనే "గుహ"కే పరిమితమైపోయి ఉంటాం. మన మోహంతో, మన దురాలోచనలతోనే బందీలమైపోయి ఉంటాం. ఈ భూలోకపు సుడిగుండంలో చిక్కుబడిపోయి ఉన్నాం. జీవించడానికి డబ్బు సంపాదిస్తూ ఉండాలి. సాంఘిక బాధ్యతలు, తప్పించుకోవడానికి వీల్లేని మొగమాటాలు ఉంటాయి. ఈ గొడవలు అన్నింటి మధ్యా కాస్త నిద్రపోవాల్సి ఉంటుంది. జీవితం ఒక సుడిగుండంలా, అర్థంలేని రద్దీతో ఉండి ఏ పనికీ కాలం చాలక పనులు ఆగిపోతూ ఉంటాయి. ఒక్క క్షణం ఆగి ఆలోచించండి - ఎందుకీ హడావుడి? మనం నిజానికి ప్రయత్నిస్తే రోజుకో అరగంట ప్రయత్నిస్తే, ధ్యానానికి కేటాయించుకోలేమా? ధ్యానం చేస్తే మనం భూమి నుంచి తప్పించుకుని పోవచ్చు. కొంత సాధనతోనే సూక్ష్మలోకంలోకి, ఇంకా ఉత్తమ లోకాలకూ చేరవచ్చు. ఈ అనుభవం ఎంతో ఉల్లాసాన్నిస్తుంది. ఔన్నత్యంలోకి మనల్ని నడిపిస్తుంది. ఆధ్యాత్మికంగా మన ఆలోచనలు

ఎక్కువౌతూ వుంటే "విశ్వపియానో మెట్ల" మీద మన అవగాహనా పరిధి ఎక్కువ అవుతుంది. ఎంతో అందమైన అనుభవాలు కలుగుతాయి.

"ఈ ప్రపంచాన్ని దాటి" వెళ్ళిపోయేందుకే మన ప్రయత్నం మనం నేర్చు కోవాల్సిన పాఠాలు పూర్తయ్యాకే - పూర్తవ్వక పూర్వం మాత్రం కాదు. మన క్లాస్‌రూమ్ అనుభవాలని గురించి ఓసారి ఆలోచించండి. మనలో చాలామందికి మన తరగతి గదుల్లో - విసుగుపుట్టించే ఉపాధ్యాయులు చెప్పే మాటల్ని వింటూ చెమటలు కక్కు కుంటూ - ఇష్టంలేని చదువుల్ని చదవడం - నచ్చి ఉండకపోవచ్చు. ఏ సామ్రాజ్యం ఎలా ఉవ్వెత్తున లేచి ఎలా కుప్పకూలిపోయిందో ఎవడికి కావాలి? ఉపాధ్యాయుల రొద వింటూ ఎండ ప్రొద్దున్న తరగతి గదుల్లో పడి ఉండడం కంటే బయట తిరగడమే హుషారుగా ఉంటుందని మన ఆలోచన. కానీ అలా పోలేం కదా! అలా వెళ్తే ఉపాధ్యాయుల ఆగ్రహానికి గురై పరీక్షల్లో తప్పి మళ్ళీ ఇంకో సంవత్సరం పాటు అవే బోరు కొట్టించే పాఠాలను చదవాల్సి వస్తూ, చిన్న క్లాసుల నుంచి ఉత్తీర్ణులై వచ్చిన వాళ్ళు మనల్ని వెర్రి వెంగలాయిల క్రింద జమ కట్టి వినోదంతో గమనిస్తూ ఉంటే దుర్భరంగా ఉంటుంది.

కాబట్టి శాశ్వతంగా ఇక్కడ నుంచి వెళ్ళిపోయే ముందే - మనం ఇక్కడికెందుకు వచ్చామో ఆ విషయాల్ని పూర్తిగా నేర్చుకునే - వెళదాం. ఎక్కడ నిజమైన ఆనందం ఉందో, ఎక్కడ ఆధ్యాత్మిక పరిపూర్ణత్వం నెలకొని ఉందో, ఇహానికన్నా దివ్యంగా ఏది శోభిస్తూ ఉంటుందో ఆ చోటికి వెళ్ళిపోదాం. ఈ భూమి మీద మన జీవితాన్ని ఓ జైలు శిక్షలాగే ఊహించండి. ఇక్కడ మన జీవితం ఎంత దుఃఖపూరితంగా ఉంటుందో మనకు తెలియడం లేదు. ఇక్కడ నుంచి ఒక్కసారి పైకి వెళ్ళి క్రిందకి చూడగలిగితే మీకు తీవ్రమైన అనుకంపం కలిగి మళ్ళీ భూమి మీదకి తిరిగొచ్చేందుకు ఇష్టపడరు. అందువల్లే చాలామంది సూక్ష్మశరీరయానాన్ని చేయలేని పరిస్థితుల్లో ఉంటారు - ఎందుకంటే ముందుగా సిద్ధపడితే తప్ప - నిబ్బరంగా ఉండగలిగితే తప్ప - దేహంలోకి తిరిగి వచ్చేసిన తరువాత మన ఆలోచనలు అత్యంత అసహ్యంగా ఉంటాయి. ఆనందం అంతా అవతలి వైపే ఉంటుంది. సూక్ష్మశరీర యానాన్ని

చేయగల మనం బంధవిముక్తి కోసం ఆత్రంగా ఎదురు చూస్తూనే ఉండాలి కాని ఉన్నంతవరకూ సత్ప్రవర్తనతో ఉండగలిగేందుకే ప్రయత్నిస్తుండాలి. అలా ఉండకపోతే వెనక్కు వెళ్ళిపోయే సమయం "పొడిగించ" బడుతుంది. కాబట్టి ఇక్కడ మనం సంపూర్ణంగా జీవించడానికి ప్రయత్నిస్తే ఆ ప్రయత్నం మన దేహాంతర ప్రాప్తి తరువాత నిత్య వస్తువుని గ్రహించగలిగిన స్థితిని మనకు తప్పక కలిగిస్తుంది. కాబట్టి ఈ చిన్న ప్రయత్నాన్ని మనం చేస్తే చాలు.

ఈ అటక మీద ఉన్న వస్తువుల్ని కదిలిస్తూ, ఎంతో దుమ్ము రేపుతూ మనం ఎంతో సమయాన్ని వెచ్చిస్తూ ఉన్నాం కదా. ఇక అటక 'అవతలి' వైపుకు నడిచి అక్కడ కనబడుతున్న మరో చిన్న విషయాన్ని గమనిద్దాం.

"జ్ఞానులు" ఎప్పుడూ ఒకళ్ళ ఆరాలను గమనిస్తూ ఉంటారనీ, వాళ్ళ ఆలోచనలను చదివేస్తూ ఉంటారనీ చాలామంది అనుకుంటూ ఉంటారు. వీళ్ళ ఆలోచన ఎంతో తప్పు! భావసంచాలన, గ్రాహణశక్తి ("టెలిపతీ") ఉన్న వాళ్ళు యోగదృష్టి ఉన్న వాళ్ళు ('క్లైయిర్ వోయాంట్స్') ప్రొద్దస్తమానమూ స్నేహితుల, శత్రువుల ఆరాలని పరీక్షిస్తూ ఉండరు. మనకు కనిపించే కొన్ని విషయాలు అసహ్యం గానూ, ముఖస్తుతి చెయ్యడానికి పనికిరాని విషయాలు గానూ ఉంటాయి. మనం ఊహించుకుంటున్న "స్వోత్కర్ష బెలూన్ల" ను ఈ విషయాలు కొన్ని బ్రద్దలు కొడుతూ ఉంటాయి. ఇంకొకళ్ళ ఆరాలను పరిశీలిస్తూ కూర్చోడానికన్నా గొప్ప పనులు చెయ్యాల్సినవి ఇంకా చాలా ఉన్నాయి. మాకు తెలిసిన ఒకామె మా దగ్గరికి వచ్చి తన గురించి ఏదో చెప్పడానికి ప్రయత్నించి నాలుగైదు మాటల తరువాత ఉన్నట్టుండి - "మీకు అన్ని విషయాలూ తెలిసిపోతూనే ఉంటాయి కదా! ఇంకా నేను మాట్లాడాల్సిన పనేమిటి?" అంటూ ఉంటుంది - అదేం కుదరదు! మాకు అన్ని విషయాలూ తెలుసుకోగల శక్తి ఉన్నా అలా తెలుసుకోవడం మాత్రం నైతికంగా తప్పు! ఈ జ్ఞానులూ, ద్రష్టలూ, యోగులూ నీతిమంతులుగా ఉన్నంతవరకూ - మీరు ఆహ్వానించినా - మీ అంతరంగిక విషయాలు పరిశీలించరు. నైతికంగా పతనం చెందితే మీ అంతరంగిక విషయాలను పరిశీలించలేరు. కాబట్టి ఎలాంటి భయాలూ మీకు అక్కర్లేదు. ఇక్కడ ఒక

విషయం గురించి స్పష్టంగా చెప్పాల్సి ఉంది. మీకు అప్పుడప్పుడూ రోడ్లమీద కనిపిస్తూ డబ్బులు తీసుకుని జోస్యాలు చెప్పే చాలామందికి ఇలాంటి శక్తులేవీ నిజంగా ఉండవు. కొంతమందికి ఆ శక్తులు ఇదివరకు ఎప్పుడైనా ఉండి ఉండవచ్చు. డబ్బులకు శక్తులను ప్రదర్శించే వాళ్ళ దగ్గర ఈ సిద్ధులు నిలబడవు. నశించిపోతాయి. కనుక రోడ్డు మీద మీకు చిరకాలం నుంచి జోస్యం చెబుతున్న స్త్రీకి నిజంగా ఇప్పటికీ ఆ శక్తి లేదనీ, ఇప్పుడు చేస్తున్నది మాత్రం 'నటనే' అనీ గుర్తించండి. సహజంగా మీ మనస్సును ఆకళింపు చేసుకోగల చాకచక్యం ఉన్న వ్యక్తి గనుక ఆమె మీతోనే ఎక్కువ సేపు మాట్లాడించి తరువాత మీరు తెలుసుకోవాలని అనుకునే విషయాలను ప్రస్తావించి మిమ్మల్ని ఆశ్చర్యపరుస్తుంది!

మీ అంతరంగిక విషయాలను ఎవరో గమనిస్తూన్నారేమోననే భయాన్ని పెట్టుకోకండి. మీరు గదిలో కూర్చుని ఓ ఉత్తరం వ్రాస్తూ ఉంటే ఎవ్వరైనా లోపలికి వచ్చి మీ భుజాల మీద నుంచి తొంగి చూచి మీరు వ్రాస్తున్న ఉత్తరాన్ని చదివితే మీకు ఎలా ఉంటుంది? మీరు ఏయే వస్తువుల్ని వాడుతున్నారో పరీక్షించి చూస్తుంటే మీకు ఏమనిపిస్తుంది? మీరు అప్యాయంగా ఎవర్తోనో టెలిఫోన్లో మాట్లాడుతూ ఉంటే ఆ మాటల్ని మరో టెలిఫోన్లో ఎవరైనా వింటున్నట్లు మీకు అర్థమయిందనుకోండి అప్పుడు మీకు ఎలా ఉంటుంది? బాగుండదు కదా! మళ్ళీ ఇంకోసారి ఈ మాట వినండి - సత్ప్రవర్తన కలవాళ్ళెవరూ మీ అంతరంగిక విషయాలను రహస్యంగా పరిశీలించరు, దుర్బుద్ధి ఉన్నవాళ్లు ఆ శక్తిని ఎప్పటికీ పొందలేరు! గుప్త విద్యలను శాసించే ఓ న్యాయం ఇది. దుశ్చింతులకు యోగదృష్టి అసాధ్యం. ఒకాయనకు "ఇది కనిపించింది, అది కనిపించింది" అని మీరు వింటూన్న కథల్ని తొమ్మిది వందల తొంభై తొమ్మిదో శాతం మేర తగ్గించేసి మిగిలినదాన్ని నమ్మండి.

యోగదృష్టి ఉన్నవాళ్ళు మీరు ఏ విషయాన్ని గురించి మాట్లాడాలనుకుంటున్నారో ఆ విషయాన్ని మీరే బయటపెట్టేంతవరకూ ఓర్పు వహించి ఉంటారు. మీరు నమ్మతించినా మీ ఆరాలోకి గానీ, మీ అంతరంగిక

విషయాలలోకి గానీ తమ దృష్టిని పోనీయరు. వాళ్ళు యోగాన్ని శాసించే చట్టాలకు కట్టుబడి ఉండాల్సిందే! హద్దు మీరిన వాళ్ళకి దండన తప్పదు - మనిషి చేసుకున్న శాసనాలను ఉల్లంఘించినా శిక్ష తప్పనట్లు. ఆ జ్ఞానులకు మీరు చెప్పదలచుకున్న విషయాలను గురించి చెప్పండి. మీరు నిజం చెప్తున్నారో లేదో వాళ్ళు ఇట్టే గ్రహించగలరు. ఈ జ్ఞానం గురించి ఇంతవరకూ మాత్రమే మేము మీకు చెప్పగలం. జ్ఞానుల ఎదుట మీరు నిజాలను మాత్రమే చెప్పండి. అబద్ధాలాడి మిమ్మల్ని మీరు మభ్యపెట్టుకోవచ్చు కానీ, జ్ఞానుల్ని మభ్యపెట్టలేరు!

కాబట్టి మళ్ళీ వినండి - మంచి "జ్ఞాని" మీలోకి చూడదు - చెడ్డవాడు మీలోకి చూడలేడు!

ఇక్కడ ఇంకో విషయం కనిపిస్తోంది. ఇది గమనించండి; మీరు పెళ్ళాడిన స్త్రీతో లేక పురుషుడితో మీరు సఖ్యంగా సర్దుకుని ఉండలేక పోతున్నారా? ఒకవేళ ఈ "అడ్డంకి"ని అధిగమించేందుకే ఈ భూమి మీదకు మీరు వచ్చారేమో? ఈ సమస్యను ఇంకో పద్ధతిలో చూద్దాం. గుర్రపు పందాల్లో ఎప్పుడూ ఓ గుర్రమే గెలుస్తూ వుందనుకోండి, సునాయాసంగా, అలాంటి గుర్రాలకి ఓ అపలక్షణం జతపరుస్తారు. ఆ ఇబ్బందిని ఎదుర్కొని ఆ గుర్రం పందాల్లో పాల్గొనాల్సి ఉంటుంది. మిమ్మల్ని కూడా ఆ గుర్రంలాగే ఉన్నట్లు ఊహించుకోండి! ఇదివరకు మీరు ఉత్తీర్ణులైపోయిన పరీక్షలో ఏ మాత్రపు శ్రమా మీరు అనుభవించి ఉండరు. అంచేత ఇప్పుడీ ప్రతిబంధాన్ని ఎదుర్కోవలసి వస్తూండవచ్చు. "మీకు ఇష్టంలేని వ్యక్తిని దేహాంతర జీవితంలో మళ్ళీ ఎప్పటికీ మీరు చూడలేరు" అన్న విషయాన్ని గుర్తుంచుకుని ఈ భూమి మీద ఉన్నంతవరకూ ఎంత వీలైతే అంత ఓర్పుతో ఇష్టం లేని స్త్రీ లేక పురుషుడితోటే సహజీవనాన్ని కొనసాగించండి. ఓ స్క్రూడ్రైవర్తో సుత్తితో మనం పట్టుకోవాల్సి వస్తే ఆ పని పూర్తయ్యేవరకు ఆ పరికరాలను విడిచిపెట్టేయలేము. అదే విధంగా "భూమి మీద మనం చెయ్యాల్సిన పనికోసం మనం ఉపయోగిస్తున్న ఓ వస్తువు" లాగా మీ సహచరినీ, సహచరునీ భావించండి. మనం నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాలకి ఈ వ్యక్తితో మనం సహజీవనం చెయ్యక తప్పదు.

ఓ స్క్రూడ్రైవరుతోనూ, సుత్తితోనో మీకున్న సంబంధం చాలా బలంగా ఉండవచ్చు. మీరు చేస్తున్న పనికి అవి సహకరిస్తాయి కాబట్టి. ఒకవేళ మీరు ఆ వస్తువుల మీద ఇష్టాన్ని పెంచుకున్నా, వాటిని పరలోకానికి కూడా తీసుకెళ్ళాలన్నంత వ్యామోహం పెట్టుకోకూడదని మాత్రం మీరు గ్రహించాల్సి ఉంటుంది.

"మానవత్వం గొప్పది" అని ఎంతమందో అంటున్నారు! ఎన్నో గ్రంథాలలో వ్రాయబడి వుంది! ఎన్ని గొప్పలు చెప్పకున్నా, సృష్టిలో "మానవులే ఉత్తమోత్తమ జీవు"లని మాత్రం మేము చెప్పడం లేదు. ఈ భూమి విషయాన్ని తీసుకుంటే - ఇక్కడ మనుష్యులకి మొరటుతనం, తలబిరుసుతనం ఎక్కువ; మిగతా వాళ్ళను హింసించి సంతోషపడే మనస్తత్వం వీళ్ళది. స్వార్థం పూర్తిగా గూడుకట్టుకున్న జీవితాలు వీళ్ళవి. అలా ఉండని వాళ్ళు ఈ భూమి మీదకు రాలేరు. ఈ గుణాలను గ్రహించి వీటిని అధిగమించడానికే వీళ్ళు భూమి మీద జన్మలని ఎత్తవలసి వస్తోందని గ్రహించండి. ఈ భూమిని దాటి వెళ్ళిన తరువాత మానవులు గొప్పవాళ్ళే, కాబట్టి ఈ భూమి మీద మనం ఇష్టం లేని వ్యక్తులతో కలిసి జీవించవలసివచ్చినా, నచ్చని తల్లిదండ్రులకు జన్మించాల్సి వచ్చినా అయిష్టంగా పెళ్ళాడి జీవిస్తున్నా అదంతా కేవలం "మనం పైన నిర్ణయించుకుని స్వయంగా ఏర్పాటుచేసుకున్న ప్రణాళిక ప్రకారమే జరుగుతూ ఉంది" అనే సత్యాన్ని అర్థం చేసుకోవాల్సి ఉంది. ఓ జబ్బును తప్పించుకోడానికి మనం ఆ జబ్బును తెచ్చిపెట్టే సూక్ష్మజీవులనే ఓ చిన్న మోతాదులో ఒక "టీకా" లాగా మన శరీరంలోకి స్వయంగా ఎక్కించుకుంటున్న విషయాన్ని మనం ఇక్కడ గుర్తుచేసుకోవాలి. ఉదాహరణకి మనం మశూచితో బాధపడకుండా ఒక చిన్న డోసు మందును ఇంజక్షను తీసుకుని తరువాత రాబోయే పెద్ద ప్రమాదాన్నుంచి తప్పించుకోవడం లేదూ? అలాగే మనం అదిగమించాల్సిన "అడ్డంకులు"గా మనతో కలిసి కాపురం చేస్తున్న సహచరులు మళ్ళీ మనం మరో లోకానికి వెళ్ళిన తరువాత కనిపించరని అర్థం చేసుకోండి. ఈ లోకంలో మనతో ఒద్దికగా ఉన్నవాళ్ళే మనతో ఉంటారు.

"ఒద్దిక లేని వాళ్ళు మనతో అసలు సహగమనం చేయరు" అనే సత్యాన్ని మరిచిపోకండి. ఈ సత్యం మనకి పరలోకంలో రాబోయే ఊరటను ఇక్కడే కలిగిస్తుంది.

సంధ్య వెలుగులు తగ్గిపోతూ రాత్రిని ఆహ్వానిస్తోంది. ఈ రోజు పూర్తి కావస్తోంది. ఇంకా మిమ్మల్ని ఇక్కడే ఆపి ఉంచడం మా అభిమతం కాదు. రాత్రి అయ్యే లోగా మీరు చెయ్యాల్సిన పనులు బోలెడు ఉండొచ్చు. అంచేత మెల్లగా అటక మీద నుంచి మెట్ల మీదగా క్రిందకు దిగి వద్దాం. మన వెనుక తలుపుని నెమ్మదిగా మూసేద్దాం - నిధులనన్నింటినీ వాటి వాటి స్థానాలలో ఉండనిద్దాం. కిర్రున చప్పడు చేసే మెట్లు దిగి మన దారిన మనం చెరోవైపూ వెళ్దాం - పదండి.

పదిహేడవ పాఠం

కలలు

ఎప్పుడైనా మిమ్మల్ని పట్టుకుని - "రాత్రి ఓ భయంకరమైన అనుభవం కలిగిందండీ నాకు - ఓ కల వచ్చింది - ఒంటిమీద ఒక్క నూలుపోగైనా ధరించకుండా నేను రోడ్డు మీద నడుస్తున్నానట! సిగ్గుతో చితికి పోయాననుకోండి!" అని తమ గోడును ఎవరో ఒకరు మీతో చెప్పకునే ఉంటారు. ఇలాంటి అనుభవాలు అనేక పద్ధతులలో మనలో చాలామందికి కలిగి ఉండవచ్చు. ఒక వ్యక్తికి ఒక కల రావచ్చు - చక్కగా డ్రెస్ చేసుకుని ఓ గదిలో కూర్చున్న జనం మధ్యలోకి ఉన్నట్లుండి తాను బట్టలు వేసుకోకుండా నిలబడి ఉన్నట్టు. లేదా మీకే ఇలాంటి కల రావచ్చు - ఎవరూ ఊహించలేని పద్ధతిలో మీరు డ్రెస్ వేసుకునో, లేక అస్సలు బట్టలు వేసుకోకుండానో ఓ వీధి చివర్లో నిలబడి వున్నట్టు. నిజానికి ఇలాంటి కలలు నిజమైన ఓ సూక్ష్మశరీరయానానికి సంబంధించిన ఓ అనుభవంలోని ఓ అంశం కావచ్చు. సూక్ష్మ శరీరయానాలు చేస్తున్న అనేకమంది పొందిన అనుభవాల గురించి మాకు తెలుసు. ఈ పాఠం అలాంటి సంఘటనలను గురించి చెప్పకుని నవ్వుకోవడాని కోసం మాత్రం కాదు. అయితే, అలాంటి సంఘటనలను కూడా ఒక సామాన్యమైన సూక్ష్మశరీర యానపు అనుభవంగా మీకు అర్థం అయ్యేట్లు చెయ్యడానికే ఈ పాఠం ఉద్దేశింపబడి తయారు చెయ్యబడింది.

ఈ పాఠాన్ని మనం "కలలు" అనే విషయం కోసం కేటాయించు కుందాం. ఎంచేతనంటే, మనలో ప్రతి ఒక్కరికీ రకరకాలైన కలలు వస్తూ ఉంటాయి. ప్రాచీనకాలం నుంచీ రకరకాల అభిప్రాయాలు మనకు ఏర్పడి ఉన్నాయి. కొన్ని కలలు శుభాలను సూచిస్తాయనీ, కొన్ని అశుభాన్ని మనకు తెలియచేస్తాయనీ కలల గురించి అనేకానేక అభిప్రాయాలు ఉన్నాయి. "మన అదృష్టాన్ని కూడా కలల ద్వారా మనం తెలుసుకోగలం" అని కొందరు ప్రచారాలు చేస్తూ ఉంటారు మీకు తెలుసా? నిద్రించేప్పడు సావకాశంగా ఉన్న మనస్సు చేసే ఆలోచనలలో కొన్ని ముక్కలు మనకి కలల లాగా కనిపిస్తాయి" అని మరికొందరు అనుకుంటూ ఉంటారు. ఈ అభిప్రాయాలన్నీ సరైనవి కానే కావు. ఇక మనం ఈ కలల వ్యాపారానికి వద్దాం.

ఇది వరకు పాఠాల్లో నేర్చుకున్నట్టు - కనీసం రెండు శరీరాలతో మనం నిర్మించబడి ఉన్నాం. ప్రస్తుతం మన రెండు శరీరాల గురించే చర్చించు కుంటున్నాం. ఇవి స్థూల, సూక్ష్మ శరీరాలు; ఇవి కాక ఇంకా చాలా శరీరాలు మనకు ఉన్నాయి. మనం నిద్ర పోతున్నప్పడు మన స్థూలదేహం లోంచి సూక్ష్మశరీరం నెమ్మది నెమ్మదిగా వేరై బయటకు వచ్చేస్తుంది. ఈ విధంగా అది వేరయినప్పడు నిజంగానే మన మనస్సు శరీరం నుంచి వేరవుతుంది. భౌతిక శరీరం ఓ యంత్రాగారం లాగా ఉంటుంది కానీ 'నడిపించేవాడు' మాత్రం ఉండడన్నమాట! అంటే ఓ రేడియో స్టేషనులో అన్ని యంత్రాలూ పని చేస్తూ ఉన్నప్పటికీ 'అనౌన్సరు' (వ్యాఖ్యాత) బయటికి వెళ్ళి తిరిగి రాకపోతే ఏ శబ్దాలూ ప్రసారం కాకుండా ఉన్నట్టు! స్థూల శరారానికి కొంత ఎత్తులో గాలిలో ఊగుతున్న సూక్ష్మశరీరం కొంతసేపు తాను ఏం చెయ్యాలో, ఎక్కడికి వెళ్ళాలో నిర్ణయం తీసుకోవడానికని ఆగుతుంది. ఓ నిర్ణయం జరగ్గానే సూక్ష్మ శరీరం కాళ్ళు నేలవైపు మొగ్గేలా వ్రాలి బహూశా పరుపు చివరలో నిలబడవచ్చు. తరువాత ఓ కొమ్మమీద నుంచి ఓ పిట్ట రివ్వున లేచి వెళ్ళి పోయినట్లుగా ఈ సూక్ష్మ శరీరం సిల్వర్ కార్డు చివర్లో వుంటూ ఎటో వెళ్ళిపోతుంది!

చాల మందికి - ప్రత్యేకించి పాశ్చాత్యులకు - సూక్ష్మశరీర యానం గురించి ఎటువంటి పరిజ్ఞానమూ లేదు. తాము నిజంగా చేసిన యాత్ర గురించి కూడా వాళ్ళకి ఎటువంటి జ్ఞప్తి వుండదు. కానీ, ఒక్కోసారి నిద్రనుంచి లేవగానే "నాకు ఫలానా ఆయన కన్పించాడు. మనిషి చాలా బాగున్నాడులే!" అని చెబుతూ వుండవచ్చు. నిజానికి ఆ "ఫలానా మనిషి" దగ్గరకు ఆ వ్యక్తి సూక్ష్మశనీరంతో వెళ్ళి చూసి వచ్చి ఉంటాడు. అనేక మంది వ్యక్తుల వద్దకూ, రక రకాల వైవిధ్యం ఉన్న ప్రదేశాలకై సూక్ష్మశరీర యానం జరగడం అత్యంత నహజం గానూ, అత్యంత సులువైంది గానూ ఉంటుందని మనం తెలుసుకోవాలి. ఏదో కారణం వల్ల మనం ఎప్పడూ ఒకే చోటుకి వెళ్ళేందుకు ఉత్సాహం చూపిస్తూ వుంటాం. పోలీసులు ఏం చెబుతారంటే నేరస్థులు విధిగా తాము నేరం చేసిన చోటుకే తిరిగి వస్తారని!

మన స్నేహితుల వద్దకి మనం సూక్ష్మదేహాలతో వెళ్ళడంలో ఆశ్చర్యం ఏముంది. మనం అందరం ప్రతి రాత్రీ స్థూల శరీరాల్ని వదలి పెడుతూనే వున్నాం - సూక్ష్మశరీర యానాలను చేస్తూనే వునన్నాం. "ప్రయాణం" వుంటే మనం ఎక్కడికో ఒక చోటుకి వెళ్ళాల్సిందే గదా! ఈ సూక్ష్మశరీర యానం గురించిన పూర్తి జ్ఞానం కలిగే వరకు మనిషి తనకు తెలిసిన, బాగా పరిచయమున్న ప్రదేశాలకే మళ్ళీ మళ్ళీ వెళ్ళి తిరిగి వస్తుంటాడు. సూక్ష్మశరీర యానం గురించి ఏమీ తెలియని ఓ వ్యక్తి తనకు బాగా ఇష్టం ఉన్న ఓ దుకాణానికి వెళ్ళాలని అనుకుని సూక్ష్మ శరీర యానంలో నిజంగానే ఆ మనిషి వద్దకో, ఆ ప్రదేశానికో వెళ్ళి, మళ్ళీ తిరిగి వచ్చి నిద్ర లేచిన తర్వాత ఆ వ్యక్తో, ప్రదేశమో గుర్తొచ్చి - ఒకవేళ గుర్తొస్తు - "తనకు ఒక కలవచ్చింది. అనుకుంటూ ఉంటాడు.

మీరు ఎందుకు కలలు కంటారో మీకు తెలుసా? మనందరికీ 'సత్యం'లోకి చేసే ఈ ప్రయాణాల అనుభవాలు ఉన్నాయి. ఏరోప్లేన్లో ఇంగ్లాండ్ నుంచి న్యూయార్క్ వరకూ చేసే ప్రయాణం ఎంత నిజమో ఈ సూక్ష్మశరీర యానాలు కూడా అంతే సత్యాలు. ఏడెన్ నుంచి ఆఫ్రికా వరకూ చేసిన ప్రయాణం లాగా ఈ సూక్ష్మశరీరయానం కూడా నిజమే అయినా

ఈ 'కలల'ను మనం 'నిజాలు'గా నమ్మం. కలల గురించి తెలుసుకునే ముందు ఇది వినండి. 60 లో కాన్‌స్టాంటినోపిల్ నగరంలో (ప్రస్తుతపు 'ఇస్తాంబుల్') చర్చ్ లీడర్ల సమావేశం జరిగింది. క్రైస్తవ మతంలో ఉండాల్సిన అంశాల క్రోడీకరణలను ఆ సమావేశంలో స్థిరం చేశారు. గొప్ప గొప్ప గురువుల మాటల్ని వక్రీభవనం చేసేశారు. కొన్ని గొప్ప సత్యాలను త్రొక్కి పారేశారు. మనస్సుకు కష్టం కలిగించే ఇంకా అనేక వ్యాఖ్యానాలను మేము చేయగలం. ఈ జ్ఞానాన్ని మేము 'ఆకాషిష్ రికార్డ్' ల సందర్శన - పఠనం వల్ల గ్రహించగలిగాం. ఈ గ్రంథపు ఉద్దేశ్యం చదువరులకు తమ గురించిన సత్యాలను తాము స్వయంగా తెలుసుకునేట్లు సహాయం చెయ్యడం తప్ప వాళ్ళ నమ్మకాలు, 'విశ్వాసాలు' అనే పాదాల మీద ఆనెలను త్రొక్కి బాధించడానికి మాత్రం కాదు. మనం చేస్తున్న ఈ చర్చ ఉద్దేశ్యం చాలాకాలం నుంచి పాశ్చాత్యులకు 'సూక్ష్మశరీరయానం'లాంటి అంశాలను ఈ 'క్రోడీకరింపబడ్డ' మతం ఏమీ నేర్పలేదని స్పష్టం చెయ్యడమే; ఎందుకంటే, ఇలాంటి అంశాలు కొన్ని ఆ క్రోడీకరణలో ఎక్కడా ఇమిడి ఉండలేవు గనుక.

ఇంకా చెప్పాలంటే పశ్చిమదేశాల్లో చాలామంది ప్రకృతి దేవతల్ని కూడా నమ్మరు. చిన్నపిల్లలు తాము వాళ్ళను చూసామనీ, వాళ్ళతో మాట్లాడాం అనీ చెప్తే ఈ పెద్దలు వాళ్ళ మాటల్ని నమ్మరు - ఎగతాళి కూడా చేస్తూ ఉంటారు. అలాంటి పెద్దలకన్నా ఈ విషయంలో పిల్లలే తెలివైనవాళ్ళు. ఇంతెందుకు, క్రైస్తవుల పరిశుద్ధ గ్రంథం లో కూడా "చిన్నారులలాగా తయారైతే తప్ప మీరు స్వర్గసామ్రాజ్యంలోకి అడుగు పెట్ట లేరు" అనే మాటను మీరు స్పష్టంగా గుర్తించవచ్చు. ఇదే మాటను - పెద్దల అపనమ్మకాల ప్రభావం తమ మీద పడని చిన్నారుల నిర్మలమైన నమ్మకంలాంటి విశ్వాసమే మీకూ ఉంటే మీరూ ఎక్కడికైనా, ఏ సమయంలోనైనా వెళ్ళగలరు! ఏదైనా చూడగలరు!' అని మనం మరోవిధంగా చెప్పకోవచ్చు.

పెద్దల ఎగతాళికీ, కోపానికీ గురైన పిల్లలు తాము చూసిన సత్యాల్ని దాచిపెట్టేసే మార్గాలను నేర్చుకుంటారు. వాళ్ళకున్న శక్తుల్ని దాచి పెట్టుకునేందుకు వాళ్ళు చేసే ప్రయత్నాల వల్ల వాళ్ళు ప్రకృతి దేవతలను చూసే

శక్తిని త్వరలోనే కోల్పోతారు. సరిగ్గా ఇలాంటి పరిస్థితే కలల విషయంలో కూడా జరుగుతుంది. తమ స్థూల శరీరం నిద్రిస్తున్న సమయంలో మనుష్యులకి కొన్ని అనుభవాలు కలుగుతున్నాయి. సూక్ష్మశరీరాలు ఎప్పుడూ నిద్రపోనేపోవు. సూక్ష్మశరీరం స్థూల శరీరంలోకి తిరిగి రాగానే వాటి రెండింటి మధ్యా ఓ ఘర్షణ జరుగుతుంది. సూక్ష్మశరీరానికి సత్యం తెలిసి ఉంటుంది. స్థూలశరీరం తన బాల్యం నుంచీ యవ్వనం దాకా చేసిన అవివేకపు ఆలోచనల అభ్యాసం ద్వారా మొద్దుబారిపోయి మలినమైపోయి వుంటుంది. ఈ అభిప్రాయాలతో బిగుసుకుపోయి వున్న 'పెద్దలు' సత్యాన్ని దర్శించలేరు. అందువల్ల ఈ యుద్ధం తప్పదు. బయటకు వెళ్ళి, ఎన్నో పనుల్ని చేసి, ఎన్నో అనుభవాలను పొంది, ఎన్నో విషయాలను, వస్తువులను చూసి పరిశీలించి తిరిగి వచ్చిన సూక్ష్మశరీరం చెబుతున్న విషయాలను స్థూల శరీరం అసలు నమ్మకూడదు - ఎందుకంటే పాశ్చాత్యులకు చిన్నప్పటి నుంచీ ఏం నేర్పుతారంటే - "తమ రెండు చేతుల్తోనూ పట్టుకుని, చీల్చి, ముక్కలు ముక్కలు చేసి ఎలా పనిచేస్తుందో తెలుసుకోగలిగిన విషయాలను గురించి మాత్రమే మానవులు నమ్మాలి. మిగతా విషయాలను నమ్మకూడదు' అనీ నేర్పుతారు. పాశ్చాత్యులకు అనేక ఋజువులు, ఇంకా కొన్ని ఋజువులు, మరిన్ని ఋజువులూ కావాలి. వాళ్ళు నిజానికి తాము సంపాదిస్తున్న ఋజువులు, మరిన్ని ఋజువులూ కావాలి. వాళ్ళు నిజానికి తాము సంపాదిస్తున్న ఋజువులను కూడా తప్పులుగా ఋజువు చేస్తూ ఉంటారు! ఈ విధంగా స్థూలశరీరానికీ సూక్ష్మశరీరానికీ యుద్ధం జరుగుతూనే వుంటుంది. ఈ సమరం తరువాత ఓ హేతుబద్ధమైన విషయ పరిజ్ఞానం ఏర్పడి తీరాలి - స్థూలశరీరం నమ్మేందుకు వీలుగా. ఇప్పుడు మనం గమనిస్తున్న ఈ 'కలలు' అనే విషయాలు ఇలా స్థూల సూక్ష్మశరీరాల సమరం నుంచి జన్మించిన హేతుబద్ధ శకలాలే.

ఈ విషయం గురించి మరోసారి పరిశీలన చేద్దాం. సూక్ష్మ శరీరయానాన్ని చేస్తున్నప్పుడు మనకు అనేక అసాధారణ అనుభవాలు కలుగవచ్చు. 'మనం నిద్ర నుంచి లేవగానే మనకు ఈ అనుభవాలన్నీ స్పష్టంగా

గుర్తుకురావాలి' అని సూక్ష్మశరీరం అనుకుంటుంది. అయితే, ఈ అనుభవాలను నమ్మే ప్రయత్నం స్థూల శరీరం చెయ్యలేని విధంగా తయారయిపోయి ఉండడం వల్ల సూక్ష్మ, స్థూల శరీరాల మధ్య విరోధం నెలకొని ఉంటుంది. ఈ యుద్ధం పూర్తి అయిన తరువాత, 'అనూహ్యంగా వక్రీభవనం చెందిన లేక గుర్తు పట్టడానికి వీల్లేనంతగా మారిపోయిన దృశ్యాల పరంపర' ఒకటి తయారవుతుంది. ఇవే మన చేతనావతస్థలోని మనస్సుల్లోకి వచ్చి మనోనేత్రం ముందు దర్శనం ఇస్తాయి. ఇవి సంభవాలుగా అనిపిస్తాయి. స్థూలలోకాలలోని ప్రకృతికి విరుద్ధంగా సూక్ష్మలోకాల్లో ఏదయినా జరిగితే వెంటనే - ఘర్షణ ప్రారంభమౌతుంది. అభూతకల్పనలు ప్రారంభమవుతాయి. మనకు 'పీడ' కలలు గానీ, అత్యంత అసాధారణ సంఘటనలు గానీ మన ఊహలలోకి వస్తాయి. సూక్ష్మస్థితిలో ఎవరైనా గాల్లోకి లేవగలరు - తేలిపోతూ పైకి వెళ్ళగలరు - ఎక్కడికైనా ప్రయాణం చెయ్యగలరు, ఎవ్వరినైనా చూడగలరు, ఏ దేశంలోని ఏ ప్రదేశాలకయినా వెళ్ళగలరు. భౌతికంగా ప్రపంచంలోని ఓ చోటు నుంచి మరోచోటుకు ఒక్క క్షణంలో ప్రయాణాన్ని పూర్తి చేయడం సాధ్యం కాదు - కనీసం తమ ఇంటి కప్పు అంత ఎత్తుకు కూడా ఎగరడం అసాధ్యం; కాబట్టి - మేము మళ్ళీ ఏం చెబుతున్నామంటే, అవిరామంగా జరుగుతున్న ఈ స్థూల సూక్ష్మదేహాల పోరాటంలో నుంచి కొన్ని అభూత కల్పనల చిత్రీకరణ జరుగుతుంది. సూక్ష్మశరీరయానానికి వక్రభాష్యం చెబుతున్న ఈ చిత్రాలు సూక్ష్మలోకాల నుంచి మనకు అందవలసిన లాభాలను మన అందుబాటులోనికి రానీయకుండా అడ్డంపడి ఆపుతాయి. మనకు ఏ మాత్రం అర్థంకాని 'కలలు' తయారవుతాయి. మనకు ఈ లోకంలో 'చెత్త'గా అనిపించే అనేక విషయాలు సూక్ష్మ లోకాల్లో ప్రతిచోటా మనకి దర్శనం ఇస్తాయి.

మనం మొదట చర్చించిన 'నూలుపోగు కూడా ధరించకుండా రోడ్డు మీద మనం నిలబడి ఉన్నట్టు' వచ్చిన కల విషయానికి మళ్ళీ వద్దాం. ఇలాంటి కలలు మనలో చాలామందికి వచ్చి ఉంటాయి. వచ్చి మనకెంతో ఇబ్బందిని కలిగిస్తాయి. కలల్లో మనం సిగ్గుపడే విధంగా ఇవి జరుగుతాయి. కానీ ఇవి కల్లలు కానే కావు. సూక్ష్మశరీరంతో ప్రయాణం చేసేప్పుడు

"సూక్ష్మలోకాలకు తగిన విధంగా బట్టలు వేసుకోవాలి" అన్న ఆలోచన మనకు అస్సలు ఉండదు గనుక ఇలాంటి పరిస్థితి మనకు వస్తుంది! సూక్ష్మశరీరానికి తగిన దుస్తుల్ని మనుష్యులు ఊహించలేకపోతే సూక్ష్మశరీరయానంలో మనకి నగ్నంగా తిరుగుతున్న సూక్ష్మశరీరధారులే ఓ గొప్ప విషయం! అంత గొప్ప విషయం జరుగుతున్నప్పుడు ఇతర స్వల్ప విషయాల గురించిన ఆలోచన వచ్చే అవకాశమే లేదు.

సహజంగానే మన శరీరం నగ్నంగా ఉంటుందనే సత్యాన్ని మేము మీకు గుర్తు చేస్తున్నాం. "దుస్తుల్ని ధరించడం" అన్నది లౌకికంగా మనం ఏర్పాటు చేసుకున్న ఓ కట్టుబాటు మాత్రమే తప్ప సత్యాన్వేషణ చేస్తే నిలబడగల విషయం ఇందులో ఏమీ లేదు. ఇక్కడో అప్రస్తుత ప్రసంగాన్ని మేము చెయ్యాలనుకుంటున్నాం. బహూశా మేము ఏదో కుట్ర పన్నుతున్నట్లు మీకు అనిపించవచ్చు కూడా.

సృష్టి మొదట్లో స్త్రీ పురుషులు తమ ముందున్న వ్యక్తి "ఆరా" లను స్పష్టంగా దర్శించగలిగి ఉండే శక్తిని కలిగి ఉండేవారు. వాళ్ళకు అందరి ఆలోచనలూ స్పష్టంగా గోచరిస్తూ ఉండేవి. ఇప్పటి జనం దాచేసుకునే ప్రదేశాల్లో ఈ ఆరాల్లోని రంగులు మరింత స్పష్టంగా వెలుగులు చిమ్ముతూ ఉండేవి! మానవులు - ముఖ్యంగా స్త్రీలు - తమ ఆలోచనలనూ, ఉద్దేశ్యాలనూ ఎవ్వరూ తెలుసుకోకూడదని అనుకుంటూ ఉంటారు. మేము ఇందాకే చెప్పినట్లు ఇదొక అసంగతమైన సంగతి, కలల అధ్యయనానికి ఇది తోడ్పడదు. దుస్తుల్ని గురించి మాత్రమే బహూశా మీ ఆలోచనలను ఇంకోసారి రేకెత్తిస్తుంది.

సూక్ష్మశరీరానికి కూడా మనం స్థూలశరీరం ధరించే దుస్తులవంటి దుస్తులనే "సహజంగా" ఊహిస్తాం. ఇలాంటి ఆలోచనని మనం చెయ్యకపోతే సూక్ష్మశరీరయాత్రికుడిని దర్శిస్తున్న జ్ఞాని పూర్తిగా నగ్నంగానే తిరుగుతున్న వ్యక్తనే చూస్తాడు. మా దగ్గరకు అనేకమంది సూక్ష్మశరీరాలతో వస్తుంటారు. వాళ్ళలో చాలామంది బట్టలు లేకుండా ఉండడాన్ని మేము దర్శించాము. కొందరు ఓ పైజామా, జాకెట్టు వేసుకుని కన్పిస్తే మరికొందరు ధరించి వచ్చిన

కొన్ని రకాల దుస్తులు ప్రపంచంలో ఏ కేటలాగులో కూడా కన్పించని పద్ధతిలో తయారయి ఉన్నాయి. ఈ "అలౌకిక దుస్తులు" అనేక ఆకారాల్లో చిత్ర విచిత్ర రీతుల్లో దర్శనమిస్తూ ఉంటాయి. భౌతిక ప్రపంచంలో అనూహ్యమైన దుస్తులు కొన్ని సూక్ష్మశరీరాల మీద కనిపిస్తూంటాయి. నిజానికి ఈ విషయా లన్నీ మనకు ఎందుకూ పనికిరానివే. ఎందుకంటే "దుస్తుల్ని ధరించడం" అన్నది మానవుడు ఏర్పరచుకున్న ఒక కృత్రిమ కట్టుబాటు మాత్రమే కాబట్టి. మనం స్వర్గానికి వెళ్తే అక్కడ భూలోకంలోని వ్యక్తులు ధరించే దుస్తుల వంటి దుస్తులు బహుశా ఉండవని మేము విశ్వసిస్తూ ఉన్నాం.

సూక్ష్మలోకాల్లో నిజంగా జరిగిన సంఘటనల ఆధారంతో స్థూల, సూక్ష్మశరీరాల మధ్య జరిగిన ఘర్షణల ఫలితంగా రూపుదిద్దుకోబడిన అభూత కల్పనలతో హేతుబద్ధంగా ఏర్పడ్డ చిత్రమాలికలే ఈ కలలు. సూక్ష్మశరీరంతో ఉన్న మనకు అన్ని వస్తువులూ మరింత వన్నెలను విరజిమ్ముతూ చిత్రవర్ణాలను రమణీయంగా గోచరింపజేస్తూ అత్యంత స్పష్టతతో కనిపిస్తాయి. లౌకికంగా ఇంత స్పష్టత మనకు లభ్యం కావడం అసంభవం. ఇక్కడ మనం ఒక ఉదాహరణను గమనిద్దాం.

మనం మన సూక్ష్మదేహంతో నేల మీదా, సముద్రం మీదా ప్రయాణం చేస్తున్నాం. సుదూరదేశ ప్రాంతాల్లోని ఓ చోటులోని సూర్యుడు దివ్యంగా వెలుగుతూ ఉన్నాడు. నీలి రంగు ఆకాశం స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. క్రింద తెల్లటి నురగనుపైకి తెస్తున్న అలలతో నిండి ఉన్న సముద్రం - మనకు తగలకుండా - కనిపిస్తోంది. సముద్రపు తీరాన్ని చేరి మనం క్రిందకు దిగాం. వజ్రాల్లాగా మెరుస్తున్న నేల వంక పరికిస్తున్నాం. సూర్యకాంతిలో ఇసుక రేణువులు చిన్ని చిన్ని రత్నాల్లాగా మెరుస్తూ ఉన్నాయి. కొంచెం ముందుకు నడిచి అలల మీద తేలుతూ, ఊగుతూ కనిపిస్తున్న నాచు మీద మనం మన దృష్టిని నిలిపాం. మట్టి రంగు, ఆకుపచ్చ రంగు కలబోసుకుని రూపుదిద్దుకున్న ఆ నాచు ఎంతో మనోహరంగా కన్పించడం లేదూ? ఆ నాచులో బంగారు - గులాబీ రంగు గాలిబుడగల వంటి వాయు కోశాలు కనబడుతున్నాయి. ప్రక్కన పాచి పట్టి ఉన్న రాయి "మిల మిలా మెరుస్తున్న పచ్చల ఫలకం" లాగా కనిపించింది

కదూ. ఆ రాతి పొరలు మనకు అత్యంత స్పష్టంగా కనిపించడం లేదూ? ఆ పొరల మధ్య ఎంతోకాలం నుంచి చిక్కుపడి ఉన్న కీటకాల చిన్న శరీరాలు కనిపిస్తున్నాయి చూశారు కదూ? మనం ఆ ప్రాంతంలో సంచరిస్తూ ఉన్నప్పుడు మన కళ్ళను మనమే నమ్మలేకపోయాం కదూ? ఇంత స్పష్టతతో మనం ఇదివరకెప్పుడూ ఏ వస్తువునూ చూసి ఉండలేదుకదూ? క్రొత్త కళ్ళు వచ్చినట్లు మీకు అనిపించింది కదూ? గాలిలో తేలియాడుతున్న పారదర్శకపు బంతుల లాంటి వస్తువులు మీకు కనిపిస్తున్నాయా? గాలిలో వ్యాపించి ఉన్న ప్రాణశక్తులు అవే! ఆ రంగులు ఎంత దివ్యంగా ఉన్నాయో గమనించండి - ఎంత స్పష్టంగా ఉన్నాయో గమనించండి - ఎంత తీవ్రంగా ఉన్నాయో గమనించండి. దిగంతాల వరకూ అన్నీ స్పష్టతతో కనిపించడం లేదూ? నేల నింగిని తాకే చోటు వరకూ ఎంతో అందం మీకు గోచరించడం లేదూ?

ఈ భూమి మీద మనం జీవనాన్ని ఈ మాంస నిర్మిత దేహంలో ఉండి సాగిస్తున్నప్పుడు మనం "గ్రుడ్డి వాళ్ళ" లాగే ఉన్నట్టు అనుకోవచ్చు. మనకు కనిపించే వర్ణాలు కొన్నే. రంగుల మధ్య ఉండే అనేక ఛాయల గురించి మనకు తెలియనే తెలియదు. హ్రస్వదృష్టి, దీర్ఘదృష్టి లాంటి దృష్టిదోషాలతో ఉన్న మనం ఓ వస్తువును యధాతధంగా దర్శించలేకపోతున్నాం. మన జ్ఞానేంద్రియాల లోపాల వల్ల మన అనుభవాలు కూడా అసత్యాలుగానే కనబడుతూ ఉంటాయి. బంక మట్టితో తయారైన ఓ శరీరంలో ఇరుక్కుని కామక్రోధాలతో పీడింపబడుతూ ఉన్న మనం సరైన ఆహారాన్ని కూడా తీసుకోలేకపోతూ ఉన్నాం. కానీ, మనం మన సూక్ష్మశరీరధారణతో అత్యంత శక్తివంతమైన - తేజోవంతమైన కళ్ళతో సృష్టిని దర్శించగలుగుతున్నాం - ఎన్నడూ చూడని వింత వింత వర్ణాలను దర్శించగలుగు తున్నాం.

మీకు ఎప్పుడైనా అత్యంత స్పష్టతతో, అత్యంత రమణీయంగా కన్పిస్తున్న రంగుల చిత్రణతో ఏదయినా స్వప్నం వచ్చి వుంటే మీరు సూక్ష్మశరీరయానం చేస్తున్నప్పుడు గమనించిన అంశాలనే ఒక కలలాగా మీరు ఊహించు కుంటున్నారని మీరు ఖచ్చితంగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఇందులో ఏ మాత్రం సందేహమూ మీకు అక్కర్లేదు.

సూక్ష్మలోకాలలో అనుభవించే ఆనందాన్ని మనకు గుర్తుకు రానీయని అంశం మరొకటి వుంది. ఆ అంశం ఇది. సూక్ష్మశరీరంలో మన ప్రకంపననాలు అత్యంత తీవ్రతతో ఉంటాయి - స్థూలశరీరంలోని ప్రకంపనాల స్థాయి తక్కువగా ఉంటుంది. స్థూల శరీరం లోంచి బయటకి వెళ్ళి మళ్ళీ లోపలికి తిరిగి రావడానికి ఇబ్బంది పెట్టే అంశాలను మనం స్థిమితంగా అర్థం చేసుకుంటే ఆ జ్ఞానంతో స్థూల, సూక్ష్మశరీరాల మధ్య ఒక సంయమనాన్ని సాధించే ప్రక్రియను స్వయంగా కల్పించుకోవచ్చు.

మనం సూక్ష్మశరీరంతో ఉన్నట్టూ, మన క్రింద కొంత దగ్గరలోనే మన స్థూల దేహం పడుకుని ఉన్నట్టూ ఊహించండి. మన స్థూలదేహం నెమ్మదిగా ప్రకంపిస్తూ ఉంటుంది. గడియారంలాగా టిక్కు టిక్కుమని మెల్లగా కంపిస్తూ ఉన్నట్టు మనం అనుకోవచ్చు. దీనికి భిన్నంగా విపరీతమైన వేగంతో, ప్రాణశక్తిని నింపుకుని ఉన్నట్టు మన సూక్ష్మశరీరం స్పందనలతో నిండి ఉంటుంది - స్థూల శరీరానికి ఉన్నట్టి జబ్బులు ఏవీ సూక్ష్మదేహానికి ఉండవు. సూక్ష్మదేహాలను బాధపెట్టే అంశాలు ఏవీ ఉండవు! ఈ విషయాలను బాగా అర్థం చేసుకోవడానికి మనం భూమి మీది ఉదాహరణలనే ఎంచుకుందాం. ఓ బస్సు గంటకి ఇరవై లేక ముప్పై మైళ్ళ వేగంతో వెళ్తోందని అనుకోండి. ఈ బస్సు ఈ విధంగా నడుస్తున్నప్పుడే ఎందుకో ఓ ప్రయాణీకుడు అర్జెంటుగా ఆ బస్సులోంచి దిగిపోవాల్సిన అవసరం కలిగిందనుకుందాం. ఆ బస్సును ఆపే అవకాశం - ఆ వ్యక్తి దురదృష్టం కొద్దీ - ఉండకపోవడం వల్ల ఇప్పుడు ఆ వ్యక్తికి వచ్చిన సమస్య ఏమిటంటే - "దెబ్బలేవీ తగిలించుకోకుండా క్షేమంగా బస్సు లోంచి దూకేయడం ఎలా?" అని! ఏ మాత్రం అజాగ్రత్తతో ఈ పనిని చేసినా ఘోరమైన ప్రమాదంలో చిక్కుకోవలసి వస్తుంది. కానీ, వేగంగా వెళ్తున్న బస్సు లోంచి ఎలా దిగాలో అతడికి బాగా తెలిసి ఉంటే - అలా - క్షేమంగా కొందరు దిగిపోవడాన్ని అతడు రోజూ చూస్తూనే ఉంటాడు కదా - అతడు కూడా ఏ దెబ్బలూ తగలకుండా దిగిపోగలుగుతాడు. సాధన చేసి కొంత అనుభవాన్ని సంపాదించుకుంటే నడుస్తున్న బస్సు లోంచి దిగి క్షేమంగా ఉండటం ఎంత సుసాధ్యమో అలాగే, కొంత సాధనతో మనం అనుభవాన్ని

సంపాదించుకుని అత్యంత వేగపు ప్రకంపనాలతో స్పందిస్తూన్న సూక్ష్మశరీరం లోంచి చాలా నెమ్మదిగా కంపిస్తూన్న స్థూలదేహంలోకి క్షేమంగా చేరుకోగలం!

సూక్ష్మశరీరయానపు అనుభవాల నుంచి తిరిగి స్థూలదేహంలోకి చేరుకోబోయే ముందు మనకి వచ్చే సమస్య "స్థూల శరీరంలోకి ఎలా వెళ్ళడమా" అని. స్థూలశరీరం కంటే ఎక్కువ తీవ్రతతో సూక్ష్మశరీరం కంపిస్తూ ఉంటుంది. ఒక శరీరపు వేగాన్ని మనం తగ్గించలేం. ఇంకో శరీరపు వేగాన్ని కొంత ప్రయత్నించి కొద్దిగా మాత్రమే పెంచగలము. కాబట్టి కొంతసేపు ఆగి రెండు ప్రకంపనాల మధ్య కొంత "శృతి"ని సాధించాల్సి ఉంటుంది. సాధనతో దీనిని సాధించవచ్చు. సూక్ష్మశరీరపు ప్రకంపనాలను కొంత ప్రయత్నంతో తగ్గించుకోవచ్చు. స్థూలశరీరపు ప్రకంపనాలను కొంత ప్రయత్నంతో తగ్గించుకోవచ్చు. స్థూలశరీరపు ప్రకంపనాలను కొంత ప్రయత్నంతో హెచ్చించుకోవచ్చు. ఇలా ప్రయత్నంతో కొంత సామరస్యాన్ని సాధించినప్పటికీ స్థూల సూక్ష్మశరీరాల మధ్య ప్రకంపనాల తీవ్రస్థాయి బేధం ఎక్కువగానే ఉంటుంది. రెండు శరీరాలూ ఒకదానికి మరొకటి దగ్గరగా వచ్చినప్పుడు ఈ ప్రకంపనాలు రెండూ పరస్పర ప్రేరితాలై ఒక సామరస్యమైన శృతిలోకి వస్తాయి. ఓ సమ్మేళన స్వరం ఏర్పడుతుంది. ప్రకంపనాల మధ్య ఒక ఒద్దిక ఏర్పడుతుంది. దీని వల్ల మనం స్థూలదేహంలోకి క్షేమంగా "చేరుకో"గలం. అభ్యాసం వల్లా - పుట్టుకతో నుంచే ఏర్పడివున్న శక్తివల్లా - జాతి లక్షణాల జ్ఞాపకాలవల్లా ఇది సాధ్యం. పట్టుదలతో దీన్ని సాధించిన తరువాత మనకు సూక్ష్మశరీరాన్ని అనుభవాలు అన్నీ బాగా గుర్తుంటాయి.

దీన్ని గ్రహించడం కష్టంగా అనిపిస్తోందా? అయితే, మీ సూక్ష్మశరీరాన్ని ఓ 'రికార్డ్ ప్లేయర్'లోని "పికప్ హెడ్" గా ఊహించుకోండి - మీ స్థూల శరీరాన్ని తిరుగుతున్న - ఏ వేగంతో అని చెప్పకుందాం - సరే నిమిషానికి 48 సార్లు పరిభ్రమిస్తున్న వేగంతో తిరుగుతున్న ఓ గ్రామఫోన్ రికార్డ్‌గా ఊహించుకోండి. ఇప్పుడు మన సమస్య ఏమిటంటే ఈ గ్రామఫోన్ రికార్డ్ ఈ వేగంతో తిరుగుతున్నప్పుడు సరిగ్గా మనం నిర్ణయించుకున్న ఓ పదం మీదకో, ఓ సంగీత స్వరం మీదకో ఈ పికప్ హెడ్‌ను తెచ్చి నిలబెట్టగలగాలి!

ఇలా చెయ్యగలగడం ఎంత కష్టమో మీరు గ్రహించగలిగితే అభ్యాసం లేకుండా స్థూలశరీరంలోకి తిరిగి రావడం కూడా ఇంచుమించు ఇలాంటి కష్టంతోనే కూడుకుని ఉంటుందని మీరు అర్థం చేసుకోవచ్చు.

ఇలాంటి అభ్యాసం ఏమీ చెయ్యకుండా మొరటుగా శరీరంలోని తిరిగి వస్తే మనకు మెలకువ వచ్చేస్తుంది. చెప్పలేని ఆందోళనను అనుభవిస్తూ ఉంటాం. పైత్యం ప్రకోపించినట్లు అనిపించవచ్చు. దుర్భరమైన తలనొప్పి పట్టుకోవచ్చు. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందంటే పరస్పర శృతిలోలేని రెండు శరీరాలు ఉన్నట్లుండి ఒకదాన్తో మరొకటి ఢీకొనడం వల్ల పుట్టే కుదుపు వల్ల - కార్లోవెళ్తూ 'గేర్'ని మొరటుగా మార్చితే కారు మొత్తం కుదుపుతో ఊగినట్లు - ఇది జరుగుతుంది. సూక్ష్మశరీరం స్థూలశరీరాన్ని పూర్తిగా అనుసరించి నిలబడకుండా ఓ పక్కకి కాస్త ఎక్కువగా ఇరుక్కుని వాలి ఉండవచ్చు. అంచేత చాలా ఇబ్బందిని మనం అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవచ్చు. దురదృష్టవశాత్తూ ఇలాగ జరిగితే నిద్రపోవడమో, వీలైనంత ఎక్కువ విశ్రాంతి తీసుకోవడమో తప్ప మరో మార్గాంతరం మనకు లేదు. అలా విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నప్పుడు వీలైనంతవరకూ అటూ ఇటూ కదలకుండా ఉండాలి. వీలైనంతవరకూ ఆలోచనలనూ కూడా బాగా తగ్గించేసుకోవాలి. వీలయితే మళ్ళీ సూక్ష్మశరీరాన్ని ఓసారి బయటకు తీసుకొచ్చే ప్రయత్నాన్ని చెయ్యాలి. అలా లేచిన సూక్ష్మశరీరాన్ని స్థూలశరీరం నుంచి కొంత ఎత్తుదాగా వెళ్ళి మళ్ళీ నెమ్మది నెమ్మదిగా ప్రశాంతంగా క్రిందకు దిగుతూ స్థూలశరీరంతో సక్రమంగా సంయోగం చెంది ఒద్దికగా నిలబడగలుగుతుంది. మనకు అప్పుడు ఏ విధమైన ఇబ్బందీ అసౌకర్యమూ ఉండదు. పది నిమిషాల వ్యవధిలో ఈ స్వస్థతను మనం అభ్యాసంతో సాధించవచ్చు. ఈ పది నిమిషాల ప్రయత్నాన్ని చేసి మీరు సుఖంగా ఉండటం మంచిది - లేకపోతే "సుఖం లేని ఈ రెండు శరీరాల్లో జీవించడంకన్నా చచ్చిపోవడం మంచిదేమో"నని మీకు అనిపించవచ్చు! ఎందుకంటే, నిద్రపోయి లేస్తే తప్ప మీకు స్వస్థత చేకూరదు కాబట్టి! స్థూల సూక్ష్మ శరీరాలు రెండూ ఒద్దికగా ఉన్నప్పుడే మీకు స్వస్థత చేకూరుతుంది.

ఒక్కోసారి మనం నిద్రనుంచి లేవగానే చిత్రవిచిత్రమైన కలలలోని విషయాలు స్పష్టంగా గుర్తుకు వస్తాయి. కొన్ని కలలు "చారిత్రాత్మకంగా" ఉండవచ్చు. మరికొన్ని కలలలు "అలౌకికంగా" అనిపించవచ్చు. ఇలాంటి సమయాల్లో మీరు మీ ఆధ్యాత్మిక శిక్షణా కార్యక్రమంలోని భాగంగానే "విశ్వచైతన్యపు బాండాగారం" లేక "ఆకాషిక్ రికార్డ్స్" ను పరిశీలించి వచ్చినట్లు అర్థం చేసుకోవచ్చు. (ఈ విషయం గురించి మనం మరో పాఠంలో తెలుసుకుంటాం) భూతకాలంలోకో, భవిష్యత్తులోకో మీరు పయనించారని తెలుసుకోవచ్చు. భూత భవిష్యద్దర్శన కారులు కొందరు జోస్యాలు చెబుతూ ఉంటారు - "భవష్యత్తులో కొన్ని సంఘటనలు ఫలానా విధంగా జరుగ వచ్చు"నని. ఇంకాజరగని సంఘటనలు గనుక ఈ పద్ధతిలో జరగవచ్చునన్న సూచనను మాత్రమే వాళ్ళు చెయ్యగలరు. భవిష్యద్దర్శన మార్గం ఇలాగే ఉంటుంది. కాబట్టి మీరేం గ్రహించవచ్చునంటే "సూక్ష్మశరీరయానం అనుభవాలు ఎన్ని గుర్తుంచుకుంటే అంత ఉపయోగం మనకు కలుగుతుంది" అని, ఎంతో కష్టపడి నేర్చుకున్న విషయాలను కొన్ని నిమిషాల లోపలే మరచిపోతే మనకేం ప్రయోజనం చేకూరుతుంది?

అనేకసార్లు వ్యక్తులు నిద్ర నుంచి లేస్తూనే బాగా చీకాకుపడుతూ ఉంటారు. అందరి మీదా మండిపడుతూ ఉంటారు. ఈ సృష్టి మీదే వాళ్ళకి ఆ సమయంలో సదభిప్రాయం కలుగదు. ఇలాంటి "దరిద్రపు మూడ్"లోంచి తేరుకుని మళ్ళీ మామూలు మనుష్యులుగా కావడానికి వాళ్ళకు ఎన్నో గంటలు పట్టవచ్చు. ఇలాంటి దయనీయమైన పరిస్థితి సంభవించడానికి అనేక కారణాలు ఉంటాయి. ఆ కారణాల్లో ఒక కారణం ఇది. సూక్ష్మదేహంలో ఉన్నప్పుడు మానవులు ఎన్నో మంచి పనులను చేస్తూ ఉండవచ్చు. ఎంతో ఉత్సాహం కలిగించే ప్రదేశాలను దర్శిస్తూ ఉండవచ్చు. తమకి సంతోషాన్ని కలిగించే అనేకుల్ని చూస్తూ ఉండవచ్చు. స్థూలదేహం నిద్రిస్తూ శక్తిని పుంజుకుంటూ ఉంటే సూక్ష్మశరీరం స్వేచ్ఛగా ఉల్లాసంగా విహారాలు చేస్తూ ఉంటుంది. సూక్ష్మలోకాల్లో సంపూర్ణ స్వాతంత్ర్యం ఉంటుంది. ఏ బంధాలూ ఉండవు. అద్భుతమైన అనుభూతి మనకు లభిస్తూంటుంది. కొంతసేపటికి

"వచ్చేయాలి" అనే సందేశం అందుతుంది. తిరిగి వచ్చి ఇంకో రోజుని ప్రారంభించాల్సి ఉంటుంది మనం. "ఈ సగటు రోజులో ఏం ఉంటుంది? బాధే! కష్టమైన పనులే! ఏది ఏమైనా అది సుఖదాయకం మాత్రం కాకుండా ఉంటుంది. అయినా, తప్పదు అన్న భావనలు ఇలాంటి వ్యక్తులకు కలగడం వల్లనే ఆ చికాకు, విసుగు కోపం! మరి సంతోషంగా ఉన్నవాణ్ణి లాక్కొచ్చి మళ్ళీ కష్టాలతో ఇబ్బంది పెడితే నిద్రలేవగానే చికాకూ, దుఃఖమూ తప్పకుండా కలిగే తీరుతుంది!

అంతగా ఉత్సాహాన్ని కలిగించని మరో కారణం. మనం భూమి మీదకు - చదువుకోవడానికి పాఠశాలకు వచ్చే విద్యార్థుల్లాగా - దిగివస్తూ ఉంటాం. ఈ నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాలను కూడా మనం ముందే నిర్ణయించుకుని వచ్చి ఉంటాం. రాత్రి మనం నిద్రపోగానే బడివదిలి పెట్టగానే విద్యార్థులు ఉత్సాహంగా తమ తమ ఇళ్ళకు ఎలా తిరిగి వెళ్ళిపోతూ ఉంటారో అలాగే ఈ 'స్థూలశరీరం' అనే 'బడి' నుంచి బయటపడిన 'సూక్ష్మశరీరం' అనే 'విద్యార్థి' ఉత్సాహంతో "తన ఇంటి" దారి పడుతుంది. చాలాసార్లు చాలా తృప్తితో జీవిస్తూ ముభావంగా ఉంటున్న ఓ వ్యక్తి నిద్రపోయి లేస్తూనే పరమచికాకుగా అసహనంతో ప్రవర్తిస్తూ ఉంటాడు. దీనికి కారణం తను భూమి మీద చేస్తున్న పనులన్నీ పరమదరిద్రంగా నాశనమైపోతూ ఉన్నాయని గ్రహించినందువల్లనే. భూమి మీద తృప్తిగా ముభావంగా ఉండడం వల్ల కూడా తనకి నిజంగా ఏమీ ఒరగడం లేదనే సత్యాన్ని ఆ వ్యక్తి గ్రహించినందువల్లనే ఈ అసంతృప్తి, చికాకు అతని ప్రవర్తనలో కనిపిస్తూ ఉంటాయి. ప్రోగు పెట్టిన ద్రవ్యరాశీ, అనేక ఎకరాల విస్తీర్ణపు భూమి ఉన్నంత మాత్రాన ఓ వ్యక్తి గొప్పవాడయిపోడు. ఈ భూమి మీదకు ప్రతి ఒక్కరూ ఏదో ఒక ప్రత్యేక విషయాన్ని గురించి నేర్చుకోడానికే వస్తూ ఉంటారు - కాలేజీకో, స్కూలుకో వచ్చే ప్రతి విద్యార్థీ ఏదో ఒక విషయాన్ని గురించి నేర్చుకోవడానికే వస్తున్నట్టు. డాక్టర్ కావడానికి ఓ విద్యార్థి మెడికల్ కాలేజీలలో చేరిన ఓ విద్యార్థి ఉన్నట్టుండి ఏ కారణమూ లేకుండానే ఊరిలో కనిపించే మొత్తం చెత్తనూ చిత్తుకాగితాల్ని ఏరుకుంటూ తిరుగుతూ కనిపిస్తే ఏం ప్రయోజనం కలుగుతుందో చెప్పండి. చాలామంది

అందర్నీ మోసం చేస్తూ, అడ్డదారులు తొక్కి డబ్బులను సంపాదిస్తూ వస్తువుకు ఎక్కువ ధర పెట్టి ఎక్కువ డబ్బు వసూలు చేస్తూ, సంపాదిస్తూ అక్రమ వ్యాపారాల్లో ధనార్జన చేస్తూ ఉంటారు. సంఘంలో "గొప్పవాళ్ళు", "గొప్పవాళ్ళ" మని విర్రవీగే వాళ్ళందరూ ఏ విషయాన్నీ నిరూపించడం లేదు - భూమి మీద తమ జీవితాన్ని చేజేతులా తామే పాడుచేసుకుంటున్నామనే విషయాన్ని తప్ప! ఏదో ఒకనాటికి ప్రతి ఒక్కడూ వాస్తవికత ముందు నిలబడాల్సిందే. వాస్తవికత ఈ భూమిపైన లేదు. ఇక్కడున్నదంతా భ్రమే. ఇక్కడ ఉన్న విలువలు అన్నీ అసత్యాలు. ఇక్కడ మనం నేర్చుకోవలసిన పాఠాలకు తగినట్లుగా డబ్బు, బలమూ, హోదాలే జీవితానికి ముఖ్యమని నమ్ముతూ ఉంటారు. జీవితాదర్శాలు ఇవికావు. ఆధ్యాత్మికత్త్వమే ధ్యేయము" అని ఇండియా, ఇంకా కొన్ని ప్రాగ్దేశాల్లో భిక్షుక సన్యాసులు ఘోషిస్తూ ఉంటారు. భవిష్యజ్జీవితానికి ఆధ్యాత్మికత్త్వమే మూలాధారమని బోధిస్తుంటారు. దీనికి భిన్నంగా అత్యంత బలవంతమైన ఫైనాన్స్ కంపెనీలు ('అప్పుల వాళ్ళు' అనొచ్చు వీళ్ళని) భయంకరమైన షరతుల్తో వడ్డీకి డబ్బులను తిప్పుతూ ఎంతోమంది జీవితాలతో ఆడుకుంటూ, ఎన్ని సంసారాల్లోనో చిచ్చు పెడుతూ ఎంత మందినో కొల్లగొడుతున్నారు. వీళ్ళదే నిజంగా నిరుపయోగమైన జీవితం. ఇట్లాంటి గొప్ప ఫైనాన్స్ కంపెనీ యజమాని ఒకాయన పడుకుని తన స్థూల శరీరం నుంచి ఏదో కారణం మీద సూక్ష్మ శరీరంతో బయటకు వచ్చి తగినంత దూరంలో ఉండి భూమి మీద తన వల్ల జరుగుతున్న ఘోరాల్నీ, గందరగోళాన్నీ గమనించే ప్రయత్నం చేస్తున్నాడని అనుకోండి. భయంకరమైన జ్ఞాపకాలతో ఆయన వెనక్కి తిరిగి వస్తాడు. తన బ్రతుకు ఎంత నీచమైనదో స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది. కానీ, మళ్ళీ ఆ స్థూల శరీరంలోకి వచ్చి నిద్ర లోంచి లేవగానే "ఓ కొత్త జీవితాన్ని ప్రారంభించాలి" అని తను చేసుకున్న సంకల్పం సంగతి మరిచిపోయి, తాను "ఎలాగూ అధముడే" గనుక రాత్రి ఓ పీడకలగా తయారయిందనీ నిద్ర నాశనం అయిపోయిందనీ అందరి మీదా తన అసంతృప్తిని వెళ్ళగ్రక్కే ప్రయత్నం చేస్తూంటాడు. అందరి మీదా మండిపడుతూ ఉంటాడు. అతడి పరిస్థితి ఈ ఒక్కరోజు మాత్రమే కాకుండా - జీవితమంతా ఇలాగే జరుగుతూ ఉంటుంది.

దీన్నే "మన్‌డే మార్నింగ్ బ్లూస్" (సోమవారపు శోకాలు) అంటారు. నిజమే, దీనికో ప్రత్యేకమైన కారణం ఉంది. చాలామంది వారంలో వరుసగా ప్రతిరోజూ ఖచ్చితంగా కొన్ని గంటలపాటు పనిచేసి తీరాల్సి వుంటుంది. అలా పనిచేయాల్సిన వారం రోజులూ అయిపోయాక ఒకరోజో రెండురోజులో సెలవుదినాలు వస్తాయి. చేసే పని నుంచి ఆటవిడుపు వస్తుంది. విశ్రాంతి సంపూర్ణంగా లభిస్తుంది. పనిచేసే ప్రదేశానికి కూడా వెళ్ళనక్కరలేదు. మామూలుగా ప్రశాంతంగా నిద్రలోకి జారుకుంటారు. వాళ్ళ సూక్ష్మశరీరాలు బయటకు వచ్చి ఎక్కడెక్కడికో వెళ్ళిపోతాయి. బహుశా ఎక్కడికి వెడితే తాము భూలోకంలో చేస్తున్న నిర్వాకం ఏమిటో నిజంగా అర్థం అవుతుందో - ఆ చోటుకే వెళ్తాయి. మళ్ళీ స్థూలశరీరాల్లోకి తిరిగొచ్చాక నిద్రలేచి తమ తమ పనిచేసే చోట్లకి వెళ్ళిపోవాల్సి ఉంటుంది. వాళ్ళ మనస్సుల నిండా అశాంతీ, దుఃఖమూ స్థిరపడి ఉంటుంది. ఇదే "monday morning blues" కు కారణం.

ఇంకోరకం మనుష్యులను గురించి కూడా మనం కొంతసేపు మన ధ్యాసని పెట్టాల్సి ఉంటుంది - తక్కువ నిద్రపోయే మనుష్యుల గురించి. ఈ 'నిద్రపట్టని' వాళ్ళ సూక్ష్మశరీరాల అనుభవాలు జ్ఞాపకాలు ఎంత గాఢంగా స్పష్టంగా ఉంటాయంటే సూక్ష్మశరీరాల్తో బయటకి వచ్చి యధార్థాన్ని వాళ్ళు భరించలేనంత. ఈ కారణం చేత వాళ్ళ సూక్ష్మశరీరాలు స్థూలశరీరాలనే గట్టిగా అంటిపెట్టుకుని ఉంటాయి - బయటికి వచ్చేందుకు ఇష్టపడవు. త్రాగుబోతులు కొందరికి నిద్రపోవాలంటే విపరీతమైన భయం కలుగుతూ ఉంటుంది. ఎందుకంటే పడుకుని సూక్ష్మశరీరాలు బయటకు వస్తూనే వాటిని పట్టి పీడించేందుకు సిద్ధంగా సూక్ష్మలోకాల్లోని కొన్ని జీవులు కాచుకుని, గుమిగూడి ఉంటాయి. "పింక్ వర్ణపు ఏనుగులు" మొదలైన సూక్ష్మలోకాల్లో త్రాగుబోతులకు కనిపించే భయంకర జీవరాసుల గురించి మనం ఇదివరకు ఓసారి చదివాము.

నిద్రపోని వాళ్ళ స్థూలశరీరాలు ఎప్పుడూ మేలుకునే ఉండి రెండు శరీరాలకూ ఎంతో ఇబ్బందినీ కష్టాన్నీ కలిగిస్తూ ఉంటుంది. వీళ్ళు ఎప్పుడూ ఉద్విగ్నతతో ఉండి ఒక్క క్షణం కూడా విశ్రాంతిని పొందలేరు. వీళ్ళ మనస్సులలో

వాళ్ళు చేసే తప్పుడు పనుల గురించిన విషయాలు నిండి ఉండి నిద్ర పోవాలంటే వీలు లేని పరిస్థితిని కలిగిస్తాయి. పడుకోగానే తామెంత నీచులో అర్థమయిపోయి తాము నిజంగా ఏ పనికి వచ్చే పనులు చెయ్యలేక పోతున్నామో, ఏ పనికిరాని పనులు చేస్తున్నామో ఆ విషయాలన్నీ గుర్తొచ్చి వాళ్ళకి కొంచెం కూడా ప్రశాంతత ఏర్పడదు. ఇదే ఒక అలవాటుగా మారిపోతుంది. నిద్ర ఉండదు. విశ్రాంతి ఉండదు. పూర్ణాత్మకు స్థూల శరీరాన్ని పరిశీలనగా గమనించే అవకాశమే లభించదు. అదుపు లేకుండా ఇష్టం వచ్చినట్లు రోడ్ల మీద దౌడుతీస్తున్న గుర్రాల్లా వీళ్ళు మిగతా అందరికీ హాని కలిగిస్తూ ఉంటారు. నిద్ర పట్టదు. కనుక ఈ జీవితం నుంచి వాళ్ళకు ఏ లాభమూ కలుగదు. ఏ ఉపయోగమూ లేకుండా జీవిస్తున్నారు కాబట్టి సరిగ్గా బ్రతికేందుకు మళ్ళీ ఇంకోసారి భూమి మీద జన్మ ఎత్తాల్సి ఉంటుంది.

మీకు వచ్చిన కల మీ "కల్పనో, లేకపోతే సూక్ష్మశరీరయానపు అనుభవాన్ని గురించిన తప్పుదారి పట్టిన ఊహాచిత్రమో తెలుసుకోవడం ఎలా" అని మీరు అనుకుంటున్నారా? ఈ ప్రశ్నను మీరు మీకే వేసుకోవడం చాలా సులభమైన పద్ధతి. ఆ కలలో మీకు ప్రతి వస్తువూ బాగా స్పష్టంగా కనిపిస్తోందా? అలా "చాలా స్పష్టంగా ప్రతివస్తువూ కనిపించి ఉంటే" అది తప్పక "సూక్ష్మశరీరపుయానపు అనుభవం"గానే మీరు అర్థం చేసుకోవచ్చు. "భూమి మీద కంటే స్పష్టంగా రంగులు మీకు కనిపించాయా?" "ఇది కూడా సూక్ష్మశరీరయానపు అనుభవమే. మీరు బాగా ఇష్టపడే వ్యక్తి ఆ కారం మళ్ళీ మీకు చాలా స్పష్టంగా కనిపించిందనుకోండి. అప్పుడు కూడా మీరు సూక్ష్మశరీరపుయానంతో ఆ వ్యక్తి వద్దకు వెళ్ళి వచ్చినట్లే అర్థం చేసుకోవచ్చు. పడుకునే ముందు మీరు ఇష్టపడే వ్యక్తి ఫోటోను చూసి పడుకున్నారంటే రిలాక్స్ అయి నిద్రపోయాక" తప్పక అతడి దగ్గర సూక్ష్మశరీరంతో వెళ్ళి తీరుతారని తెలుసుకోండి.

నాణానికి ఉన్న మరోవైపు కూడా చూద్దాం. మీరు నిద్ర నుంచి లేవగానే కొంత చీకాకుగానే లేచినా కోపం మాత్రం రాని స్థితిలో ఉన్నారను కుందాం. మీరు అంతగా నచ్చని మనిషి గురించిన జ్ఞప్తికి వస్తుంది. మీరు

ఆ వ్యక్తి గురించే ఆలోచిస్తూ నిద్రపోయి ఉండవచ్చు. మీ వివాదం, లేక యుద్ధం గురించి ఆలోచిస్తూ పడుకుని ఉండవచ్చు. మీరు అతడి దగ్గరకు సూక్ష్మశరీరంతో వెళ్ళి ఉండవచ్చు. ఆ వ్యక్తి కూడా తన సూక్ష్మశరీరంతో సూక్ష్మలోకంలో మిమ్మల్ని కలిసి యిద్దరూ మాట్లాడుకుని మీ సమస్యను పరీక్షించుకోవడానికై చర్చలు సాగించి ఓ సామరస్యాన్ని సాధించి ఇద్దరికీ నచ్చిన నిర్ణయాన్ని తీసుకుని ఉండవచ్చు. లేకపోతే మీరు ఇంకా తీవ్రంగా ఒకరినొకరు దూషించుకుని మీ ద్వేషాన్ని పెంచుకుని తిరిగి వచ్చి ఉండవచ్చు. సామరస్యమైనా, సమరమైనా మీ స్థూలశరీరాన్ని మోరటుగా చేరి ఉంటే ఆ కుదుపుకు మీ అనుభవాలన్నీ తుడిచిపెట్టుకుపోయి చీకాకు, ద్వేషమూ, అసహనమూ ఇవే మిగిలి ఉంటాయి.

కలలు ఇంకో లోకానికి కిటికీలు, కలలు కనడం నేర్చుకోండి. ఆ కలలను పరీక్షించండి. మీరు పడుకోబోయే ముందు ఓ సంకల్పాన్ని చెప్పకోండి - "నిద్రలేచిన తరువాత రాత్రి నిద్రలో మీకు జరిగిన అనుభవాలు అన్నీ ఏ మాత్రం వక్రీభవనమూ, చెల్లాచెదురూ కాకుండా పూర్తిగా గుర్తుకు రావాలి" అని. ఈ సంకల్పం నెరవేరితీరాలి. తీరుతుంది. పాశ్చాత్యులకు మాత్రం కొంత కష్టం తప్పదు. వాళ్ళకు అనుమానాలు ఎక్కువ. ప్రతిదానికీ "ఋజువులు" కావాలి వాళ్ళకి. తూర్పుదేశాల్లో చాలామంది "ట్రాన్స్" లోకి వెళ్ళిపోతూ ఉంటారు - అంటే తమ శరీరాల్ని మరచిపోగలుగుతారు. ఇంకో విధంగా చెప్పాలంటే ఈ "ట్రాన్స్" అనే విద్య స్థూలశరీరం నుంచి తమ సూక్ష్మశరీరాన్ని బయటకు తీసుకురాగల "ధ్యానం" అని అర్థం. ఇంకా కొంతమందికి నిద్రపోయి లేవగానే జవాబులూ, సమాధానాలూ, సరియైన పరిష్కారాలు చటుక్కున స్ఫురిస్తూ ఉంటాయి. మీరు కూడా ఇలాంటి శక్తిని సంపాదించుకోవచ్చు సాధనతో. "సాధించగలం" అనే నమ్మకం పెట్టుకుని "కలలను సక్రమంగా కనడం" నేర్చుకుని మరోలోకపు కిటికీలను తెరిచి ఉంచె ప్రయత్నం చేసి సృష్టిలోని అత్యంత శోభాయమాన కళలని అనుభవించండి.

పద్దెనిమిదో పాఠం

విశ్రాంతి

కొంతకాలం నుంచి సాగుతున్న ఈ గ్రంధాధ్యయనం ద్వారా మనం ఒకరికొకరం బాగా పరిచయస్తులమయ్యాం. ఇప్పడు ఇక్కడ కాస్త ఆగి మనం ఎక్కడ ఉన్నామో తెలుసుకుంటే మంచిదనుకుంటాము. ఇంతవరకూ ఏ యే విషయాల గురించి చదివామో, ఏ యే విషయాలను నేర్చుకో గలిగామో లెక్క చూసుకుంటే మంచిది. అప్పడప్పడూ చేస్తున్న పనిని ఆపి కాస్త విశ్రాంతి తీసుకుని శరీరంలో కాస్త శక్తిని మళ్ళీ పుంజుకుని 'పునరుజ్జీవనం' పొందితే మంచిది. ఎప్పడయినా "రిక్రియేషన్" - విశ్రాంతి పొందితే 'రి-క్రియేషన్ పునఃసృష్టి జరిగినట్లే నన్న ఆలోచన మీకు కలిగిందా? ఇది ఎందుకు చెప్తున్నామంటే ఈ 'విశ్రాంతి' అనేది అలసటతో ముడిపడి ఉంది కనుక. అలసిపోయిన మనిషి ఉత్సాహంతో పని చెయ్యలేడు. మీరు అలసిపోయినప్పడు ఏం జరుగుతుందో మీకు తెలుసా?

కష్టపడి పనిచేసిన తరువాత ఒ కండరం ఎందుకు బిగదీసు కుంటుందో అర్థం చేసుకోవడానికి మనం శరీర నిర్మాణ శాస్త్రాన్ని నేర్చుకోవాల్సిన పనిలేదు. మన కుడిచేత్తో ఓ బరువును పైకెత్తి మళ్ళీ క్రిందకు దించే పనిని మనం చాలాసార్లు చేశామని అనుకోండి. కాస్సేపు అలా జరిగాక మన చేతి కండరాలలో ఒక నొప్పి మొదలవుతుంది. చేతిలో ఒక వింత జరుగుతుంది. ఇలాగే ఇంకా కొనసాగిస్తే ఇప్పడు అనిపిస్తున్న ఇబ్బంది నిజమైన

నొప్పిగా మారిపోతుందనే హెచ్చరిక మనకు తెలుస్తుంది. ఈ విషయాన్ని ఇంకాస్త దగ్గరనుంచి గమనిద్దాం.

ఈ పాఠ్యాంశాల్లో ఈ సృష్టిలోని ప్రాణం మొత్తం విద్యుచ్ఛక్తితో ఆవిర్భవించిందని నొక్కి చెప్పాం. మనం ఏ ఆలోచన చేసినా విద్యుత్తు తయారవుతుంది. ఒక వ్రేలిని కదిలించాలంటే మనం ఓ విద్యుత్ప్రవాహాన్ని మన నరాల ద్వారా ఓ స్పందనలాగా పంపిస్తే ఆ సంకేతానికి తగినట్లు ఓ కండరం పనిచేస్తుంది. ఇప్పుడు మనం మొరటుగా, అవివేకంగా పనిచేసి పాడు చేసుకున్న చేతిని గురించి ఆలోచిద్దాం. మనం ఒకే చేత్తో ఓ బరువును ఎత్తుతూ దించుతూ ఉన్నప్పుడు మెదడు నుంచి చేతి కండరాలకు సంకేతాలను చేరవేస్తున్న నరాలు అలిసిపోతాయి. ఓ ఇంట్లో, కరెంటు బాగా ఎక్కువగా ఖర్చు అవుతూ వుంటే ఆ "ఓవర్‌లోడ్" వల్ల ఇంట్లోని 'ఫ్యూజ్' వేడెక్కి వేడెక్కి రంగు మారిపోయి కాలకపోయినా తాను అలసిపోయినట్లు ఓ నిదర్శనాన్ని చూపుతున్నట్లే మన వంటిలోని నరాలు కూడా తమలోంచి వెళ్తున్న మోతాదుకు మించిన విద్యుత్ సంకేతాల వల్ల అలసిపోతాయి అంతేకాదు, పనిచేస్తున్న కండరాలు కూడా అలిసిపోతాయి, అనేక పర్యాయాలు వ్యాకోచించీ, సంకోచించీ.

అవి ఎందుకు అలసిపోతాయి? ఈ ప్రశ్నకు జవాబు చెప్పడం చాలా సులువు! మనం ఓ చేతిని కదిలించినప్పుడు మెదడు పంపే సంకేతాలవల్ల చేతిలోని కండరాలు ఉత్తేజాన్నీ, ప్రేరణనూ పొందుతాయి. విద్యుత్ప్రవాహం వల్ల కండరాల్లోని ప్రోగులు బలంగా వ్యతిరేక దిశల్లోకి గుంజబడుతాయి. ఈ విధంగా అనేక ప్రోగులు ఒక్కసారిగా వ్యతిరేక దిశల్లో గుంజబడితే, వీటన్నింటి చర్యల వల్ల ఆ కండరం బాగా ముడుచుకుని తన పొడవును తగ్గించేసుకుంటుంది. అందువల్ల చెయ్యిపైకి లేస్తుంది, ఓముడుతపడి. ఇదే సమయంలో ఇంకో చర్య కూడా జరుగుతూ ఉంటుంది. కండరాల్లోంచి బయటకు వచ్చి అటూ, ఇటూ కదుల్తూన్న ద్రవాలలోని రసాయనాలు కొన్ని చిన్ని చిన్ని స్ఫటికాలుగా గడ్డకట్టిపోవడం ప్రారంభిస్తాయి. ఈ స్ఫటికాలు కండరాల 'టిష్యూ'లలో ఇరుక్కుంటాయి. తయారవుతున్న ద్రవాలని

కండరాల్లోని టిష్యూలు పీల్చుకునే వేగం కంటే ద్రవాలు ఊరే వేగం ఎక్కువైతే ఆ పరిస్థితుల్లో స్ఫటికాలు తయారవడం ఎక్కువ అవుతాయి. ఈ స్ఫటికాల అంచులు చాలా పదునుగా, బాగా మొనలు తేలి ఉండటం వల్ల కండరాల టిష్యూల్లో అడ్డం పడి గుచ్చుకుని మనం కండరాల్ని కదుపుతున్నప్పడల్లా తీవ్రమైన బాధను కలిగిస్తాయి. మనం చేస్తున్న పనిని ఆపేసి ఒకరోజో, రెండు రోజులో విశ్రాంతి తీసుకోవడం వల్ల కండరాల టిష్యూలలోని స్ఫటికాలు మళ్లీ మెల్లగా కరిగిపోయి కండరాలు ఒకదాని మీద మరొకటి సులభంగా జారుతూ సక్రమంగా హాయిగా పనిచెయ్యగలిగిన స్థితికి తిరిగి చేరుకుంటాయి. ఈ మాటల్ని మనం చెప్పకుంటూ వెళ్తున్నప్పడే కీళ్లనొప్పలను గురించిన ఓ మాటను కూడా చెప్పేసుకుంటే మంచిదేమో! కీళ్ళ నొప్పలున్న వాళ్లకి ఎక్కడెక్కడడో ఏర్పడే ఈ స్ఫటికాలు ఈ జబ్బున్న వాళ్ల కాళ్ళు, చేతులను పట్టుకుని వాటిని బిగపట్టి ఉంచుతాయి. వీళ్ళు చేతుల్నీ కాళ్లనీ కదపవచ్చు. కానీ అలా చెయ్యాలంటే ఎంతో బాధను భరించాల్సి వస్తుంది. వీళ్ల బాధిత అంగాల టిష్యూల్లోని స్ఫటికాలను కరిగించే మార్గాన్ని ఎవరైనా కనిపెట్టేవరకు వీళ్ళు కీళ్ల నొప్పల్తో బాధపడుతూ ఉండాల్సిందే.

మనం మొదట్లో - మనం ఇప్పటివరకు ఏం నేర్చుకున్నామో తెలుసు కోవాలని అనుకుని మొదలుపెట్టిన మాటల నుంచీ దూరంగా వెళ్లి పోతున్నామా? - ఇంకోసారి ఆలోచిద్దాం. మనం దూరంగా వెళ్లిపోవడం లేదేమో నిజానికి! ఒక విషయాన్ని నేర్చుకోవడం కోసం మరీ అతిగా మనం ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటే మనం ఏ అభివృద్ధినీ సాధించలేం, ఎందుకంటే మన మెదడు బాగా అలిసిపోయి ఉంటుంది గనుక. "బాగా శ్రమపడితే గానీ సాధించలేం" అని నమ్మే మనుష్యులు మధ్యే మార్గాన్ని అనుసరించలేరు. అవిశ్రాంతంగా పనిచేస్తూ, బానిసల్లాగా తయారైన వాళ్ళు ఏ స్థితినీ అందుకోలేరు. వారి 'అతి' ప్రయత్నమే వారి అపజయాలకు కారణం. తీవ్ర పరిశ్రమ చేసే కొందరు తీవ్రంగా అలిసిపోవడం వల్ల తీవ్ర పదజాలంతో భయంకర విషయాలను మాట్లాడ్తూ ఉంటారు - తామేం మాట్లాడ్తున్నారో కూడా అర్థం చేసుకోలేని మానసిక స్థితిలో వాళ్ళు ఉండడం వల్ల!

మనం విపరీతంగా ఆలోచిస్తున్నప్పుడు మన మెదడులో తయారయ్యే విద్యుత్తు తగ్గిపోతుంది. బాగా తగ్గిపోయిన తరువాత మెదడు నుంచి వస్తున్న 'పాజిటివ్' ఆలోచనల మీద "తీవ్ర మనస్తత్వం", తో ఉంటాం. అంటే ప్రశాంతంగా ఉండే మనో ప్రవృత్తికి సరిగ్గా విరుద్ధంగా తయారవుతాం. అలసిపోవడం వల్లగానీ, మరే కారణం వల్లకానీ మనం 'బాడ్ టెంపర్'లో ఉంటే, ఆ పరిస్థితికి అర్థం ఏమిటో తెలుసా? - దానికి అర్థం మనలలో ఉన్న విద్యుత్తును ఉత్పత్తి చేసే జీవకణాలను మనవే నాశనం చేసేసుకుంటున్నామనీ - ఆ జీవకణాలు నాశనమయి పోతున్నాయనీ అర్థం. మీరు కార్‌ని డ్రైవ్ చేస్తారా? కారు బ్యాటరీని ఎప్పుడైనా చూసారా? చూసి ఉంటే ఒక్కోసారి బ్యాటరీ ధ్రువాల వద్ద ఆకుపచ్చరంగుతో చిలుము పట్టి అసహ్యంగా కనిపించడానన్ని మీరు చూసే ఉంటారు. దీన్ని అలాగే వదలి పెట్టేస్తే ఈ చిలుము చివరికి బ్యాటరీవైర్‌ని కూడా తినేసి కార్‌కి కరెంటును అందకుండా చేస్తుంది. ఇదే విధంగా మన గురించి మనం సరైన శ్రద్ధ తీసుకోక పోతే మన ప్రవర్తన కూడా పాడైపోయి "తీవ్ర మనస్తత్వం"తో మనం బాధపడక తప్పదు. సాధారణంగా స్త్రీలకే ఇది వర్తిస్తుంది. ఉన్నతమైన ఆశయాలతో పెళ్ళాడి కాపురానికి వస్తారు. నెమ్మదిగా భర్త ప్రవర్తన మీద ఎందుకో ఓ చిన్న అనుమానం ఆమెకు మొదలైందనుకోండి. ఈ అనుమానాలను ఆమె బైట పెట్టేయడం ప్రారంభిస్తుంది. ఈ విధంగా ఆమె అనేకసార్లు మాట్లాడ్డం జరిగేనరికి అదొక అలవాటుగా పరిణమించి చివరకి ఓ దుర్భరమైన గయ్యాళి భార్యగా రూపొందుతుంది. ఈ ప్రపంచంలో గయ్యాళి భార్యల్ని చాలా నీచమైన జీవరాసుల క్రింద జమకడుతూ ఉంటారు! ప్రశాంతంగా ఉండండి. అలా ఉంటే మంచి ఆరోగ్యంతో మీరు బాగుంటారు. ఆరోగ్యం కోసం మిమ్మల్ని "భోజనం మానేసి నోరు కట్టేసుకో" మని సలహాల నిచ్చే 'సన్నబడే' విద్యల్ని నేర్చుకోకండి - ఎందుకంటే కాస్త కండపట్టి ఉండేవాళ్ళే సాధారణంగా సంతోషంతో ఉంటారు, సన్నగా వ్రేలాడుతూ, బహూశా గిలకల్లా ఎముకల చప్పుళ్ళు చేసుకుంటూ, తిరుగుతూ ఉండేవాళ్ళకన్నా!

ఇక "మధ్యేమార్గం" విషయానికి వద్దాం. ప్రతి ఒక్కరూ ఎల్లవేళలా తమ శక్తి కొద్దీ చక్కగా పనిచేస్తూ ఉండాలన్న విషయం సరైనదే. తమ శక్తికి అతీతంగా ఎవ్వరూ సవ్యమైన పద్ధతిలో పనులను నిర్వర్తించలేరు - అనవసరంగా అలసి పోవడం ఒక్కటే మిగులుతుంది, అలా ఒళ్ళు విరుచుకుని పనిచేసినప్పుడు.

ఓ విద్యుదుత్పత్తి కేంద్రాన్ని గురించి ఆలోచిద్దాం. కొన్ని వేల లేక లక్షల బల్బుల్ని వెలిగించడానికి చాలినంత విద్యుత్తును ఉత్పత్తి చేయగలిగిన సామర్థ్యం ఆ కేంద్రంలోని జనరేటర్‌కు ఉందని అనుకుందాం. అలాంటి జనరేటర్‌ని ఇంకా ఎక్కువ వేగంతో మనం పనిచేయించామనికోండి. అప్పుడు విద్యుదుత్పాదన బాగా ఎక్కువ అవుతుంది. ఈ మొత్తం కరెంటునూ ఉన్న బల్బులు పూర్తిగా వినియెగించు కోలేవు. అధికంగా ఉత్పత్తి అయిన విద్యుత్ ఎక్కడో ఒకచోట వృధాగా నేలపాలు కాక తప్పదు. ఈ నష్టానికి తోడుగా, అనవసరంగా తన సామరస్యాన్ని మించి పనిచేస్తూ ఉన్న ఆ జనరేటరు పాడయ్యే ప్రమాదం కూడా ఉండనే ఉంటుంది.

ఈ విషయాన్నే మరో విధంగా గమనిద్దాం. మీ కార్లో మీరు గంటకు ముప్పైమైళ్ళ వేగంతో వెళ్దామని అనుకుంటున్నారనుకోండి. (చాలామంది ఇంకా ఎక్కువ వేగంతో వెళ్ళాని ఉవ్విళ్ళూరుతూ ఉంటారు. మన ఈ ఉదాహరణకి ముప్పైమైళ్ళ వేగం చాలు! మీరు వివేకవంతులయితే 'టాప్ గేర్' వేసుకుని సునాయాసంగా కారు చక్రాలు రొర్లుతూ ఉండగా, ఆ వేగంతో హుషారుగా సాగిపోతూ ఉంటారు. ఇంజను నెమ్మదిగా పనిచేస్తూ ఉంటుంది కనుక దాని మీద అధిక భారం పడే అవకాశమే లేదు. ఒకవేళ మీరు అంతగా అనుభవం లేని డ్రైవరు అనుకొండి. మీరు మొదటి గేర్ వేసుకుని ముప్పైమైళ్ళ వేగంతోననే బండిని దూకిస్తూ ఉంటారు! అప్పుడు మీ కారు ఇంజను 'టాప్‌గేర్'లో ఉన్నప్పటికన్నా సుమారు ఐదారురెట్లు ఎక్కువ శక్తితో, గొప్ప చప్పడుతో, బోలెడు పెట్రోల్ని ధారాళంగా తగలబెడుతూ, టాప్‌గేర్‌లో మీరు ఏ లక్ష్యాన్ని సాధించారో అదే లక్ష్యాన్ని సాధిస్తుంది.

కాబట్టి "మధ్యేమార్గం" అంటే వివేకవంతమైన ఆలోచనతో మనమే నిర్ణయించుకున్న తగిన పద్ధతి అని అర్థం చెప్పకోవచ్చు. నిర్ణయించుకున్న లక్ష్యాన్ని సాధించడానికి ఎంత శక్తి, శ్రమా అవసరమవుతుందో అంతే ఖర్చు చేస్తూ అనవసరంగా మీ జీవితాన్ని వృథా చేసుకోక, అనవసరంగా మీ శక్తిని వృథా చేసుకోక, అనవసరంగా విపరీతంగా పనిచెయ్యకుండా ప్రవర్తించడమే 'మధ్యేమార్గం'. చాలా మంది ఏమనుకుంటూ ఉంటారంటే -తాము బాగా కష్టించి నిరంతరం పనిచేస్తూ ఉండాలనీ, ఎంత గొప్ప స్థాయి తమకు లభిస్తుందనీ అనుకుంటూ ఉంటారు. ఈ అభిప్రాయం ఎంత మాత్రం సరికాదు. పని జరగడానికి ఎంత శ్రమ అవసర మవుతుందో - ఈ మాటను పదే పదే మేం ఇక చెప్పలేం - అంత శ్రమను మాత్రమే పడాల్సి ఉంటుంది.

ఇక విశ్రాంతి సంగతికి వద్దాం. మనం మొదట్లోనే అనుకున్నట్టు విశ్రాంతీ, పునః సృష్టీ రెండూ ఒకే లక్ష్యాన్ని సాధిస్తాయి. మనం "బాగా అలిసిపోయాం" అని చెబుతూ ఉన్నప్పడు "మన శరీరంలోని ఒక అవయవంలోని ఓ చోటులోని కొన్ని కండరాలు మాత్రం అలసిపోయాయి" అని అర్థం. ఉదాహరణకు మనం ఓ చేతిని మరీ ఎక్కువసార్లు ఎత్తుతూ ఉన్నామనుకోండి బహుశా ఇటుకరాళ్ళనో, పుస్తకాలలోనో పైకెత్తి సర్దుతూ వున్నామనుకోండి. అప్పడు ఆ చెయ్యి అలసిపోయి నొప్పి పట్టుకుంటుంది. మన చెయ్యి అలసిపోయిందే తప్ప మన కాళ్ళూ, కళ్ళూ, చెవులూ అలసిపోకుండా ఉన్నాయి కదా! - కాబట్టి మనల్ని మనం "పునఃసృష్టి" చేసుకుందాం - సరదాగా ఎక్కడికైనా నడుస్తూ లేక శ్రావ్యమైన సంగీతాన్ని వింటూ, లేక ఓ మంచి పుస్తకాన్ని చదువుతూ, ఈ పనుల్లో ఏదో ఒకదాన్ని మనం చేస్తున్నప్పడు మనం వేరే నరాలనీ, వేరే కండరాలనూ ఉపయోగిస్తూ ఉంటాం. అంతేగాకుండా అలసిపోయి ఉన్న కండరాలలో అత్యధిక మోతాదులో నిల్వ ఉన్న నరాల విద్యుత్తును కూడా బయటికి లాక్కొచ్చి ఖర్చు చేస్తాం. కాబట్టి - విశ్రాంతి (రిక్రియేషన్ - recreation) ద్వారా మిమ్మల్ని మీరు పునఃసృష్టించు (రీ-క్రియేట్) కుంటారు.

'ఆరా'లను చూడటానికి మీరు అమితంగా శ్రమ పడుతున్నారా? ఇంకా 'ఎథిరిక్'ను చూసే ప్రయత్నాన్ని చేస్తూనే ఉన్నారా? బహుశా మరీ ఎక్కువగా మీరు ప్రయత్నిస్తున్నారేమో! మీరు అభిలషిస్తున్న విజయం - ఉత్తీర్ణత మీకు ఇంకా కలుగకుండా ఉంటే నిస్పృహ చెందకండి. మీకు విజయం సిద్ధించడానికి ఇంకా సమయం కావాలి; మీకు అచంచల విశ్వాసం కావాలి. అయితే అచిరకాలంలో విజయం తప్పక లభిస్తుంది. మీరు ఎప్పడూ ప్రయత్నించని పనిని ఇప్పడు చేస్తున్నారు. రేప్పొద్దున నిద్రలేచేసరికి మీరు ఓ డాక్టరో, లాయరో, గొప్ప చిత్రకారుడో అయిపోవాలని మీరు అనుకోరు. మీరొక 'లాయర్' అవ్వాలనుకుంటే ముందుగా ఓ స్కూలుకీ, ఆ తరువాత ఓ హైస్కూలుకీ, ఆ తరువాత ఓ యూనివర్శిటీకి వెళ్ళాల్సి ఉంటుంది. చాలా సమయాన్ని వెచ్చించాల్సి ఉంటుంది. కొన్ని సంవత్సరాలు పట్టవచ్చు. మనస్ఫూర్తిగా, తదేక ధ్యానంతో రోజుకు అనేక గంటలు-ఇంకా ఎక్కువ గంటల శ్రమ రాత్రిపూట కూడా పడాల్సి రావచ్చు. ఇంత ప్రయత్నం జరిగాకే మీ లక్ష్యం నెరవేరుతుంది. ఏమిటా లక్ష్యం? లాయర్ కావడమా? డాక్టర్ కావడమా? ఓ స్టాక్ బ్రోకర్ కావడమా? ఈ ప్రయత్నాల నన్నింటినీ మథిస్తే తేలే విషయం ఒకటుంది - "ఫలితాలు ఒక్క రోజులో కనిపించవు" అని. భారతీయ వేదాంతాల్లో ఈ బోధనే మళ్ళీ మళ్ళీ చెప్పబడుతోంది. యోగదృష్టిని సాధించాలని అనుకునేవాడు పది సంవత్సరాల కాలం కంటే తక్కువలో అది సిద్ధిస్తుందని అనుకోడానికి వీల్లేదని - అలాంటి వాటికోసం సులభపద్ధతిలో ప్రయత్నించవద్దనీ.

ఏ మనిషి యోగదృష్టిని పొందడానికి సిద్ధంగా ఉంటాడో అతడే యోగదృష్టితో చూడగలడు. అయితే ఒక్క రాత్రిలో మాత్రం ఫలితాలు కనిపించవు. మీరేం పొందగోరుతారో, దానికోసం అవసరమైనంత శ్రమ పడాల్సి ఉంటుంది, అభ్యాసం చెయ్యాల్సి ఉంటుంది, విశ్వాసం ఉండాలి. మీరో 'డాక్టర్' కావాలని అనుకుంటే, ముందు ఉపాధ్యాయులమీద విశ్వాసం ఉండాలి. తరువాత మీ మీదే మీకు విశ్వాసం ఉండాలి. తరగతుల్లో మీరు చెయ్యాల్సిన అభ్యాసాల్ని ఖచ్చితంగా చేసి తీరాలి. ఇంత చేసినా డాక్టర్

కావడానికి మీకు సంవత్సరాలు పడుతుంది. మీరు మా దగ్గర విద్యను అభ్యసిస్తూ ఉన్నారు కదా? ఆరాలను చూడాలని ప్రయత్నిస్తున్నారు కదా? - ఎంతసేపు ప్రయత్నిస్తున్నారు? వారానికి రెండుగంటలా? వారానికి నాలుగుగంటలా? ఎంతచేసినా రోజుకు ఎనిమిది గంటలకన్నా ఎక్కువ ప్రయత్నించడం లేదు కదా? మళ్లీ ఇంటి దగ్గర హోంవర్కు చెయ్యడం లేదు కదా? కనుక-ఓర్పు వహించండి ఎందుకంటే మీకు ఓర్పూ, అచంచల విశ్వాసమూ ఉంటే మీకు 'ఆరా'లు కనిపించగలవు, ఎందుకంటే అర్హత వున్న వారికి అవి కనిపించి తీరతాయి కాబట్టి.

చాలాకాలం నుంచి అనేక ప్రపంచదేశాలన్నింటి నుంచీ, -'ఐరన్ కర్టెన్' వెనుక ఉన్న దేశాల నుంచి కూడా - అనేక ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలు జరుగుతున్నాయి - మాకూ మా సాధకులకూ మధ్య. ఆస్ట్రేలియాలో ఓ చిన్నపిల్లకి చక్కటి యోగదృష్టి (Clairvoyance) సిద్ధించడం మాకు తెలుసు. ఈ అమ్మాయి తనకున్న శక్తుల్ని దాచి ఉంచుకోవాల్సిన పరిస్థితులు ఎదురవుతున్నాయి. తన బంధువులు ఏమను కుంటున్నారో ఆమెకు తెలిసిపోతుందని ఆమె అన్నప్పుడు ఆమె వద్ద "విచిత్రమైంది" ఏదో ఉందని అనుకోవడం ప్రారంభించారు. వాళ్ళ ఆరోగ్య పరిస్థితి కూడా ఆ అమ్మాయికి స్పష్టంగా గోచరమయ్యేది. కెనడా లోని టోరోంటో నగరంలో నివసించే ఓ ఆవిడ కేవలం కొద్ది వారాల్లోనే ఎథిరిక్‌ని చూడగలిగింది. వ్రేళ్ల చివర్ల నుంచి చిమ్ముకొచ్చే ఎథిరిక్‌నని ఆమె చూడగలుగుతూండడమే కాక, తల మీద తేలియాడుతున్న ఓ "కమలాన్ని" దర్శించగలుగుతోంది. ప్రస్తుతం ఆమె ఆరాలను కూడా చూడగల అదృష్టవంతురాలు. తాను ఓ చిత్రకారిణి కూడా కనుక తాను చూసిన పువ్వుల చుట్టూ కనిపించిన ఆరాల చిత్రాలను ఆవిడ గీయగలుగుతోంది.

ఈ యోగదృష్టి ఏదో ఒక దేశానికే పరిమితమని మీరు అనుకోకుండా ఉండగలిగేలా నిరూపించేందుకు యూగోస్లేవియా నుంచి ఓ ప్రతిభావంతురాలైన యువతి వ్రాసిన ఉత్తరాన్ని మీ ముందు ఉంచుతున్నాం. ఓ పొత్యంశంలో ఆమె అనుభవాల గురించి ప్రస్తావించాలని నిర్ణయించగా

ఆ విషయం గురించి ఆమెకు ఉత్తరం వ్రాస్తే అందుకు సమ్మతించి ఆమె వ్రాసి పంపిన ఉత్తరం ఇది. అందరికీ సులభంగా అర్థమయ్యే విధంగా కొంత భాషను మాత్రం మేము సవరించాల్సి వచ్చింది. ఇదిగో చదవండి.

"ప్రపంచం మీద ఉన్న నా డియర్ ఫ్రెండ్స్‌కు - మనం నిజంగా ఎలాంటి సమయాల్లో ఉన్నాం అంటే, ఇది రోజూ మనల్ని "ఉండాలా" "ఉండకూడదా" అని అడుగుతూ ఉంది. ఇంక అందరికీ సోమరిపోతుల్లాగా వెచ్చగా ఉన్న స్టవ్ ప్రక్కన పిల్లిలాగా ఒదిగి కూర్చునే టైం దాటిపోయింది. ఈ జీవితమూ, అనంతత్వమూ కూడా మనల్ని ఓ ప్రశ్నను అడుగుతూ ఉన్నాయి - "ఔనా" లేక "కాదా"? ఏం "ఔనో" లేక ఏం "కాదో" మనకు అర్థం ఎలా అవుతుంది? అంటే, "ఇంకా ఆత్మను పస్తులు పెడ్తూ శరీరాన్ని రోగిష్టిగానే చేస్తూ వుందామా, లేక కాస్త ఆత్మకు పోషకపదార్థాలు ఇస్తూ తద్వారా శరీరానన్ని ఆరోగ్యంగా, అందంగా, సమతుల్యంగా వుంచుకుందాం" అవునా?! నేనెందుకు ఎప్పుడూ కనిపించని - 'సర్జన్లు శరీరం లోంచి పీకి ఓ ప్లేటులో పెట్టి మనకు చూపించలేని ఆత్మ' గురించే మాట్లాడుతూ ఉంటాను? ప్రియస్నేహితుల్లారా! ఆత్మ ఉందని మీరు నమ్మినాగానీ, నమ్మకున్నాగానీ ఆత్మ అనేది ఉంది! దయచేసి ఓ నిముషం సమయాన్ని ఇవ్వగలరా? సినిమాకూ, ఫుట్‌బాల్ మేచ్‌కూ పరుగెత్తకండి. మోటారు కారు దగ్గరికి వెళ్లకండి. ఒక్కక్షణం వినండి. ఎందుకంటే ఇది చాలా ముఖ్యం నిజంగా.

"ప్రపంచానికి పడమటి వైపు ఉన్న దేశాల్లో ఎక్కువమంది 'కనిపించదు' అని అందరూ చెప్పకునే ఇంకో ప్రపంచాన్ని చూడలేరు. మనుష్యుల ఆరాలు కూడా వాళ్ళకి కనిపించవు. "ఆత్మ" అన్నది ఎప్పటికీ ఉండి, అలజడి చెందని మనలో ఒక భాగం, మనపైన ఉన్న శరీరం ఇదే-ఇదిలేకుండా మనం ఉండలే. నాకు చిన్నప్పటి నుంచీ ఆరాలు కనిపించే శక్తి ఉంది."

"చిన్నప్పుడు అందరికీ నాకు కన్పించినట్లే కన్పిస్తుందని అనుకునే దాన్ని, కానీ అందరూ నన్ను 'అబద్ధాలకోరు' అని అనడం వల్ల, నాకు పిచ్చి ఉందనని తీర్మానం చేశారు. కాబట్టి నాకు కనిపించినట్లు వాళ్ళకు కనపడడంలేదని నాకు అర్థమయింది. నేను ఏ పద్ధతిలో వెళ్తున్నానో చూపిస్తాను."

"మీరు ఎప్పుడైనా చెట్టు లోపల కనిపించే రింగులని చూశారా? చెట్టు ఎన్ని సంవత్సరాలో పంటలు పండలేదో ఏఏ సంవత్సరాలలో పంటలు బాగా పండాయో కూడా ఈ గీతలు చూసి తెలుసుకోవచ్చు. గుర్తులేకుండా ఏదీ ఉండదు. ఏదైన సరే! ఓ పాత చర్చ్ ముందు ఓ రోజు నేను నుంచున్నాను. ఇంకెవరికీ కనిపించకుండా నాకు మాత్రం ఒకటి కనిపించింది. ఆ బిల్డింగ్ చుట్టూ ఓ వెలుతురు ఉంది! ఈ వెలుతురు చుట్టూ చెట్టు లోపల ఉన్నట్టు సన్నగీతలు గీయబడి కనిపించాయి. ఆ గీతలను చూసి నేను అందరికీ చెప్పాను. చర్చ్ చూట్టూ ఎన్ని గీతలు ఉంటే అన్నీ శతాబ్దాలుగా ఆ చర్చి ఉన్నట్టు లెక్క. నేను చూసిన చర్చ్ జాగ్రెబ్‌కు సమీపంలోని 'రెమ్మెటె' ఊర్లో ఉంది. జాగ్రెబ్ క్రోషియా రాజధాని. అప్పటి నుంచీ అన్ని పాత బిల్డింగుల చుట్టూ ఉన్న గీతలను చూసి ఆయా బిల్డింగుల వయస్సెంతో నేను చెప్పగలిగేదాన్ని. ఒక ఫ్రండ్ ఒక రోజు నన్ను అడిగింది. 'ఈ చిన్న చర్చ్ వయస్సెంత?' అని. 'నాకేమీ కనిపించడలం లేదు ఈ ఛాపెల్ చుట్టూ ఒక్క గీత కూడా లేదు; బిల్డింగ్ చుట్టూ వెలుతురు మాత్రం కనిపిస్తోంది!' అని చెప్పాను. 'అల్‌రైట్! ఈ చర్చ్ కట్టి ఇంకా నూరేళ్ళు కాలేదు' అని నా ఫ్రెండ్ ఒప్పకుంది.

"చూడండి బిల్డింగకే 'ఆత్మ' ఉంటే బ్రతికున్నవాటికి ఇంకా ఎక్కువే ఉండవచ్చు కదా? చెట్టు ఆరా నాకు తెలుసు. పచ్చిక బయళ్ళ పూల ఆరాలు నాకు తెలుసు. ముఖ్యంగా సూర్యుడు అస్తమిస్తున్న వేళల్లో; అలాగే, ప్రతి జీవి చుట్టూ, మీ కుక్క చుట్టూ, మీ పిల్లి చుట్టూ".

"అక్కడ కూర్చుని తన సాయంత్రపు పాటను పాడుతున్న చిన్న పిట్ట కనిపించిందా? ఆ పిట్ట చుట్టూ వెలుతురు ఎలా చిమ్ముకుంటూందో? దాని ఆత్మ సంతోషిస్తున్నట్లుగా! ఓ పిల్లవాడు దాన్ని కాల్చి కిందికి పడగొట్టాడు. ఆ చిన్న ఆరా ఒక్క సారి మిణుక్కుమని వెలిగి మాయమైపోయింది. ప్రకృతి ఏడ్చినట్లు అనిపించింది. అందరికీ చెబితే నాకు 'బుద్ధిలేద'న్నారు".

"నా పద్దెనిమిదో ఏట పెద్ద అద్దం ముందు నేను నుంచున్నాను. రాత్రి అయిపోయి నేను పడుకోబోతున్నప్పుడు, రూమ్‌లో చీకటి ఉండి నేను తెల్లగౌను వేసుకుని ఉన్నాను. అద్దం మీద వెలుతురు కనిపించి అటు

చూశాను. అద్దంలో నా బొమ్మ చుట్టూ నీలిరంగూ, ఇంకా దాని చుట్టూ మంటలాగా బంగారు రంగూ కనిపించింది. ఆరా గురించి తెలియని నాకు భయం వేసి కెవ్వున అరుస్తూ క్రిందకి పరుగెత్తాను - 'నేను కాలిపోతున్నాను' అని కేకలేసుకుంటూ! అయినా నాకేమీ బాధలేదు. కానీ ఏంటిది? అమ్మా నాన్నా లైటు వేసి చూశారు. వాళ్ళకూ ఏమీ కనబడలేదు. కానీ లైటు ఆపేయగానే వాళ్ళకు కూడా నా చుట్టూ మంట కనిపించింది. మా పని మనిషి పై కొచ్చి చూసి భయపడిపోయి అరిచి వెనక్కు తిరిగి పారిపోయింది. అప్పుడు నాకు గుర్తొచ్చింది. ఇతర జీవుల చుట్టూ వెలుతురు కనిపించే సంగతి. నా చుట్టూ కూడా ఈ వెలుతురు కన్పించడం ప్రత్యేకంగా అనిపించింది. అప్పుడు నాకు నిజంగా భయం కలిగింది. మా నాన్న లైటు ఆపగానే నా చుట్టూ మంట కనిపించేది. లైటు వేయగానే మాయమై పోయేది. ఆయన చాలాసార్లు లైటు ఆపీ, వేసీ, పరీక్ష చేశాడు. ప్రతి సారీ అదే మాదిరి జరిగింది."

"భయం అంటే ఏమిటో మీకు తెలుసా. యుద్ధం జరుగుతూ ఉన్నప్పడు పైన ఎగుర్తున్న విమానాల్లోంచి బాంబులు క్రిందపడి పేలుతుంటే పరుగులు తీసే నా దేశపు సైనికుల ఆరాలను చూస్తేనే భయం కలుగుతూ ఉండేది. రెండో ప్రపపంచ యుద్ధకాలంలో 'నాజీ'ల పాలన రోజుల్లో నన్ను ఓ జర్మన్ జైల్లో చావు నిర్ణయింపబడి ఉండేవాళ్ళ కోసం ఉపయోగించే సెల్‌లో ఉంచాల్సొచ్చింది. నన్ను హింసించి నా నుంచి రహస్యాల్ని బయటకు లాగేందుకు ఓ గదిలోకి నన్ను తీసుకెళ్ళారు. అక్కడ హింసింపబడుతున్న కొందరు యుద్ధ ఖైదీలున్నారు. వాళ్ళు హింసలకు తట్టుకోలేక భయంకరంగా అరుస్తున్నప్పడు వాళ్ళ ఆరాలని గమనించాను. ఘోరంగా కనిపించాయి. శరీరాల చుట్టూ చాలా పలచగా ఏ మాత్రం కాంతి లేకుండా దాదాపు మాయమయిపోయినట్లు కనిపించాయి. కొన్ని ఆరాలు అప్పడే ఆరిపోయి ఉన్నాయి. మనుష్యులు చస్తూంటే ఆరాలు ఒక్కసారి కాస్త వెలిగేవి. నాలో ఏదో చైతన్యం కలిగింది. ఏదో గుర్తొచ్చింది. పవిత్ర గ్రంధంలోని ఓ మాట: "ఆత్మను చంపేవాళ్ళకే భయపడు, శరీరాల్ని చంపే వాళ్ళకు భయపడకు' -

దీన్ని గురించి మనస్సు లగ్నం చేసేదాన్ని అందరు ఖైదీలనూ సంతోషంగా ఉంచేందుకు ప్రయత్నించేదాన్ని. అప్పుడు ఆరా పెద్దదయినట్లు నాకు అనిపించేది. నా చుట్టూ ఉన్న వారి ఆరాలు కూడా ఆరోగ్యంతో వెలిగేవి. ఇంకో స్త్రీ కూడా నాకు ఈ విషయంలో సహాయపడేది. కొంతకాలం జరిగేసరికి మృత్యువు తాండవించాల్సిన గదిలో సంతోషం వెల్లివిరియసాగింది. అందరూ గొంతెత్తి పాడడం ప్రారంభించారు. ఎన్నో గంటల ప్రశ్నావళిని తట్టుకుని ఎంతో బాధను ఏ మాత్రం అపాయం లేకుండా భరించగలిగాను - ఎందువల్లనంటే నిత్యజీవితాన్ని గురించి నేను ధ్యానించాను. ఈ భయంకరమైన కల తరువాత నన్ను హింసించే వాళ్ళు నన్ను ఏమీ చెయ్యలేక విసుగెత్తి, కోపగించుకుని, నన్ను బయటకు తరిమేశారు - అందరినీ పాడు చేసేస్తున్నానని!

"నేను గనుక భయపడి ఉంటే నన్నూ, నా పదహారు మంది కామ్రేడులను చంపేసి ఉండేవారు."

"నాకు కనిపించేట్టు, పాశ్చాత్యుల ఆరాలు మిణుకుమిణుకుమని గుడ్డిగా వెలుగుతూంటాయి. అవి ఎప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉండవు. ఎప్పుడూ శృతిలో ఉండవు. ఈ విధంగా ఓ పద్ధతి లేని ఆరాలు ఇంకొకళ్ళ ఆరాలను కూడా అంటువ్యాధి అందర్నీ పీడించినట్లు, పాడుచేసేస్తాయి. హిట్లర్ మాట్లాడిన అర్థంలేని మాటలు ప్రజల్ని భయపెట్టగలిగాయి కనుకనే, హిట్లర్ ఆరా జనాల ఆరాలను పాడుచేయ గలిగింది. కాబట్టే హిట్లర్ కొంత విజయాన్ని పొందగలిగాడు. అతని మాటలని వింటున్న జనాల ఊహలు అడ్డూ అపూలేకుండా పరుగెడుతూ ఉండేవి."

"మీరు అలసిపోయారా? ఇంకొంచెం చదవగలరా? అందరికంటే బీదవారైన - జాగ్రేబ్‌లో పిచ్చివాళ్ళ దగ్గరికి వెళ్దాం. చాలాకాలం క్రితం నేను ఇనుప జల్లెడలాంటి మెష్‌లోంచి పిచ్చివాళ్ళ ఆరాలను పరిశీలించాను. నిజానికి చాలా అధ్వాన్నపు స్థితిలో ఉండే మనుష్యులు వీళ్ళు. నా ఫ్రెండ్ నన్ను సీనియర్ డాక్టరుకు పరిచయం చేశాడు. ఆయనకు ఇలాంటి విషయాలంటే అస్సలు నమ్మకం లేదు. పేషంట్‌ల ఆరాలను నేను

పరిశీలించాలని అనుకుంటూ ఉన్నానని ఆయనతో అన్నాను. "జైలులో బంధింపబడడానికి తగినంత పిచ్చి" వున్న పేషెంటు నాలో ఆయనకు కనిపించినట్లుంది - అలాంటి చూపుతో నన్ను చూశాడు. చివరికి ఆయన తన పేషంట్లను కొందరిని చూపించేందుకు అనుజ్ఞ ఇచ్చాడు. ఓ జబ్బుతో బాధ పడుతున్న ముసలిదాన్ని పట్టుకుని నా దగ్గరకు తీసుకొచ్చారు. ఘోరంగా, భీకరంగా కనిపించే ముఖం ఆ ముసలిదానిది. ఒకదానికొకటి ఎప్పుడూ కొట్టుకుంటూ, రాసుకుంటూ ఉండటం వల్ల అరిగిపోయిన పళ్ళతో తెలిపోతున్నట్టు తిరిగే కళ్ళతో ఆమె నాకు కనిపించింది. దెయ్యపు మంటల్లాగా ఆమె జుట్టు నిలబడి ఉంది. నిజంగా భయం పుట్టించే ఆకారం ఆమెది. భౌతికంగా కనిపించే ఈ వికారం నేను గమనించిన కనిపించని జగత్తులోని దానితో పోలిస్తే అసలు లెక్కలోకేరాదు. శరీరాన్ని దాటుకుని బయటికి వచ్చేసి ఉన్న ఆ పిచ్చిదాన్ని ఆత్మ ఆ పిచ్చిదాని శరీరాన్ని ఆక్రమించుకోడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉన్న ఓ నల్లటి నీడలాంటి దానితో భీకరంగా యుద్ధం చేస్తూ ఉండడాన్ని స్పష్టంగా చూశాను. చుట్టూ ఓ సుడిగుండంలాగా ఏ మాత్రమూ పొంతనలేని వెలుగు! ఆ ముసలి దానిని దూరంగా తీసుకుని వెళ్ళిపోయారు. నేను డాక్టరుతో చెప్పాను 'ఆ ముసలిదాన్ని పిచ్చి నయం కాదు' అని; 'ఎందుకంటే, ఆమెను నిజంగానే ఓ దయ్యం పట్టిపీడిస్తూ ఉంది' అనీ".

ఇక మనం ఈ పాఠాన్ని ఇక్కడే ఆపే ముందు ఓ మాట చెప్పుకుని ముగిద్దాం - ప్రతిభావంతురాలైన ఈ యూగోస్లేవియన్ యువతిలాగా మీరూ తగినంత అభ్యాసం చేయడం వల్ల, తగినంత విశ్వాసాన్ని కలిగి ఉండడం ద్వారా సిద్ధి పొంది ఆరాలను చూడగలుగుతారు. గుర్తించుకోండి - రోమ్ నగరాన్ని ఒక్క రోజులో నిర్మించలేదు. ఒక్క రోజులో ఏ డాక్టరో, లాయరో తయారు కాలేదు. విజయం పొందడం కోసం ఎవరైన శ్రమించాల్సిందే. మీరూ అంతే! సులభమైన పద్ధతి, నొప్పి లేకుండా తప్పించుకుపోయే పద్ధతి లేనేలేదు!

పంతొమ్మిదో పాఠం

ఆకాషిక్ రికార్డ్స్

ఈ గ్రంథంలో అప్పుడప్పుడూ మేము "ఆకాషిక్ రికార్డ్" (విశ్వచైతన్య జ్ఞానభాండాగారం లేక సూక్ష్మవిజ్ఞానకోశం) గురించి ప్రస్తావిస్తూ ఉన్నాం. మనలను ముగ్ధుల్ని చేసే ఈ విషయాన్ని గురించి ప్రస్తుతం చర్చించుకుందాం. జీవించిన ప్రతి జీవికీ, వ్యక్తికీ అత్యంత ఆత్మీయంగా ఈ సూక్ష్మవిజ్ఞాన కోసం ఉంటుంది. కాలం వెనక్కి వెళ్ళి ఇందులో మనం గతించిన చరిత్రను దర్శించవచ్చు. ఈ భూమి మీదే కాక సమస్త విశ్వాల్లోనూ - ఎక్కడైనా సరే - గతంలో ఏం జరిగిందో కూడ తెలుసుకోవచ్చు. ఇప్పుడు చాలా మంది సైంటిస్టులు కూడా, "పరలోక విద్యావేత్తలు" (Occultists) ఎప్పటినుంచో నమ్ముతూ ఉన్నట్లు - ఇతర గ్రహాల్లో, విశ్వంలో అనేక చోట్లల్లో, సరిగ్గా మానవులలాగే కాకపోయినా, ఎంతో తెలివిగల జీవరాసులు ఉన్నట్లు నమ్మగలుగుతున్నారు

ఈ 'జ్ఞాన సాగరం' గురించి తెలుసుకోవడం అత్యంత అవసరం మూలపదార్థం (matter) ఎప్పటికీ నశించిపోదని సైంటిస్టులు చెబుతుంటారు. శక్తి తరంగాలు, విద్యుత్తరంగాలు ఎప్పటికీ నశించవు. ఓ రాగి తీగ చుట్టలో విద్యుత్ ప్రేరేపింపబడితే (induction) - ఆ రాగి తీగ వలయం యొక్క ఉష్ణోగ్రతను శూన్యానికి వీలయినంత దగ్గర్లో ఉంచేలా శీతలీకరణం చెయ్యగలిగితే - ఆ విద్యుత్తు ఈ తీగ చుట్టలోనే అనంతంగా పరిభ్రమిస్తూనే ఉంటుందని సైంటిస్టూలు కనుక్కునన్నారు. ఓ విద్యుద్వాహకం తనకు సహజంగా ఉండే

నిరోధకత్వం వల్ల విద్యుత్‌ను తనగుండా ప్రసారం కావడాన్ని ప్రతిఘటిస్తుంది. అందువల్ల కొంత విద్యుత్ నశించిపోతుంది. ఈ పరిస్థితిని సైంటిస్టులు అధిగమించగలిగారు - ఓ రాగి వలయాన్ని అతిశీతల ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఉంచి అందులో విద్యుత్తును ప్రేరేపింపజేస్తే ఆ విద్యుచ్ఛక్తి శాశ్వతంగా అందులో తిరుగుతూనే ఉంటుందనీ, ఏ మాత్రం ఖర్చయిపోదనీ గ్రహించగలిగారు. ఇదే విధంగా ఎప్పటికైననా మానవుడికి ఉన్న ఇతర జ్ఞానేంద్రియాల గురించీ, అతీంద్రియ శక్తుల్ని గురించి కూడా సైంటిస్టులు గ్రహించగలుగుతారు. కానీ, ఇప్పట్లో మాత్రం కాదు. సైంటిస్టుల పద్ధతి చాలా నెమ్మదిగా ఉంటుంది. దారి తప్పిపోయే అవకాశాలు కూడా వాళ్లకి చాలా ఎక్కువ!

తరంగాలు నశించిపోవని ఇందాక చెప్పకున్నాం. ఇప్పడు కాంతి తరంగాలు ఎలా ప్రవర్తిస్తాయో గమనిద్దాం. మన విశ్వం కంటే దూరంగా ఉన్న విశ్వాల నుంచీ, అక్కడి గ్రహాల నుంచీ వస్తున్న కాంతి మనకు అందుతోంది. పెద్ద పెద్ద టెలిస్కోపులు ఇంకా దూరం నుంచి వస్తున్న కాంతిని కూడా గుర్తిస్తున్నాయి. అందులో కొన్ని కాంతులు బహూశా మన భూమి లేదా మన విశ్వం కూడా జన్మించక ముందు నుంచే బయలుదేరిన కిరణాలు కావచ్చు. కాంతి వేగం చాలా అధికం. కాంతి వేగం 'చాలా ఎక్కువ' అని మనం ఎందుకు అనుకుంటామంటే ఈ భూమి మీద ఈ శరీరంలో మనం బంధింపబడి, ఇరుక్కుని ఉన్నాం కాబట్టే. ఉదాహరణ కోసం ఒక్కసారి మానవుడి జీవిత యాత్ర పరిభ్రమణ కాలం డెబ్బై రెండు వేల సంవత్సరాలు అని మనం చెప్పకుందాం. ఈ డెబ్బైరెండు వేల సంవత్సరాలలో విశ్వంలో అనేక ప్రదేశాల్లో వేర్వేరు తలాలలో కూడా అనేక సార్లు జన్మించవలసి రావచ్చు. ఈ జన్మలన్నీ కలిసి ఓ "పాఠశాలలో విద్యార్జన చేసే సమయం"గా మనం లెక్కించవచ్చు.

మనం "కాంతి" గురించే ఎందుకు ప్రస్తావిస్తున్నామంటే - విద్యుత్తు, రేడియో తరంగాల కంటే భిన్నంగా, ఏ పరికరమూ లేకుండా, మనం 'కాంతి'ని చూడవచ్చు కాబట్టి. సూర్యచంద్రుళ్ల నుంచి వస్తున్న కాంతిని స్వయంగా కళ్లతోనే చూడవచ్చు. పెద్ద టెలిస్కోపులూ, లేక శక్తివంతమైన బైనాక్యులర్ల

సహాయంతో చాల దూరంలో ఉన్న "తారల" నుంచి వస్తున్న కాంతిని చూడవచ్చు. మన భూమి ఇంకా ఘనీభవించకుండా ఓ హైడ్రోజన్ అణువుల సముదాయంతో నిర్మితమైన ఓ మేఘంలాగా విశ్వంలో తేలుతున్న సమయంలో వున్నప్పడు ఇతర నక్షత్రాల నుంచి బయలుదేరిన కాంతిని కూడా ఇప్పడు మనం చూడవచ్చు.

కాంతిని మనం సమయాన్ని లెక్కించేందుకూ, దూరాన్ని లెక్కించేందుకు కూడా ఉపయోగించుకోవచ్చు. ఖగోళశాస్త్రజ్ఞులు (Astronomers) 'కాంతి సంవత్సరాల' (light-Years) గురించి మాట్లాడుతూ ఉంటారు. మేము మళ్లీ చెప్పొచ్చేదేమిటంటే, ఓ సుదూర ప్రపంచం నుంచి బయలుదేరిన కాంతి, ఆ గ్రహం నశించిపోయిన తరువాత కూడా అనంతంగా పయనిస్తూనే ఉంటుందని! ఇప్పడు మనకు కనిపిస్తున్న ఓ నక్షత్రం సరిగ్గా ఈ క్షణాన 'అక్కడ' నిజంగా ఉండకపోవచ్చు! ఎప్పడో నశించి పోయి ఉండవచ్చు! ఇది అర్థం చేసుకోవడం కష్టంగా అనిపిస్తూంటే ఈ క్రింది విపులీకరణను గమనించండి. అనంతాకాశంలో ఓ నక్షత్రం సుదూరతీరాల్లో వెలుగుతూ ఉందనుకోండి. ఎంతో కాలం నుంచీ, కొన్ని శతాబ్దాల నుంచీ, కొన్నివేల సంవత్సరాల నుంచీ, కొన్ని లక్షల సంవత్సరాల నుంచీ, మన భూమి మీదకి తన కాంతిని పంపుతూనే వుంది. ఈ నక్షత్రం నుంచీ భూమికి వున్న దూరం చాలా ఎక్కువ గనుక ఆ నక్షత్రం నుంచి బయలుదేరిన కాంతి కొన్ని వేల లేక కొన్ని లక్షల సంవత్సరాలు ప్రయాణం చేస్తే తప్ప మన భూమిని చేరుకోలేదు. ఒకరోజు ఇంకో నక్షత్రం పేలిపోయినప్పడు రేగిన పెద్ద కాంతి వెలుగు భూమి మీద మనకు కనిపించాలంటే బహూశా కొన్ని లక్షల సంవత్సారాలు మనం ఎదురుచూడాలి! ఈ విధంగా "నిజంగాలేని" వస్తువును మనం ప్రస్తుతం చూస్తూ ఉండవచ్చు!

మన స్థూలశరీరాల్లో ఉన్నప్పడు 'అసాధ్య' మనిపిస్తూ, సూక్ష్మ శరీరంతో చాలా సులభంగా సాధించగలిగిన ఓ విషయాన్ని ఊహిద్దామా? మనం ఆలోచన కన్నా ఎక్కువ వేగంతో ప్రయాణం చెయ్యగలమని ఊహించండి. ఆలోచనకు కూడా ఓ నిర్దిష్ట వేగం ఉంటుందని ఏ డాక్టర్

అయినా చెబుతాడు. ఓ పరిస్థితిలో ఓ మనిషి ఎంత త్వరగా స్పందిస్తాడో అధ్యయనం చెయ్యబడింది. 'ప్రయాదం జరగవచ్చునని తెలిసినప్పడు ఎంత త్వరగా లేక ఎంత నెమ్మదిగా ఓ కారు బ్రేకుల్ని తొక్కగలడో, లేక కారును ఎంత త్వరగా ప్రక్కకు చటుక్కున మళ్ళించగలడో లెక్క గట్టబడింది. ఏ వేగంతో ఆలోచనా తరంగాలు తల నుంచి పాదం వరకూ పయనిస్తాయో ధృవీకరింపబడింది. కాబట్టి మనం, ఈ చర్చ కోసం, అనుకున్న చోటికి క్షణంలో ప్రయాణం చేయగలుగుతామని ఊహించండి. భూమి నుంచి మూడువేల సంవత్సరాల క్రితం బయలుదేరిన కాంతి ఇప్పడు ఏ గ్రహాన్ని చేరుకోగలిగిందో, ఆ గ్రహం మీదే ఈ క్షణంలో మనం వెళ్ళి ఉన్నట్లు ఊహించు కుందాం. అంటే ఈ గ్రహం మీద నుంచి భూమి వంక చూస్తే అక్కడి నుంచి మూడువేల సంవత్సరాల క్రితం బయలుదేరిన కాంతి ఇప్పడు మనకు కనిపిస్తోందని అర్థం. మన దగ్గర ఎవరూ ఊహించలేనంత శక్తివంతమైన టెలిస్కోపో, వస్తున్న కాంతిని విశ్లేషించి చెప్పగల యంత్రమో ఉందనుకోండి. దీని సహాయంతో మనం భూతలాన్ని పరిశీలిస్తే మూడు వేల సంవత్సరాల క్రితం ఇక్కడ ఏయే సంఘటనలు జరిగాయో అవన్నీ స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి కదా? ఈజిప్టు నాగరికత ఉచ్చదశలో ఉన్నప్పటి ఓ రోజును గానీ, జంతువులలాగా వనవాసాలు చేస్తున్న పాశ్చాత్య అనాగరికులను గానీ, చైనీయులు చాలా గొప్ప స్థితిలో ఉన్నప్పటి పరిస్థితిని గానీ ప్రత్యక్షంగా మనం చూడవచ్చు కదా?

ఓ క్షణంలో భూమికి వెయ్యికాంతి సంవత్సరాల దూరంలో ఉన్న ఓ గ్రహం మీదకి మనం వెళ్ళామనుకోండి, ఇందాకటి గ్రహంలా కాక, ఇప్పడు మనకు వెయ్యి సంవత్సరాల క్రితపు సంఘటనలు కన్పిస్తాయి. భారతీయుల నాగరికత కన్పించవచ్చు. క్రిస్టియానిటీ ప్రచారాన్ని చూడొచ్చు. దక్షిణ అమెరికా మీది దండయాత్రల్ని గమనించ వచ్చు. మన భూమి ఇప్పడున్న విధంగా కాకవేరొక పద్ధతిలో కనిపించవచ్చు. సముద్రాలు పొంగికొంత భూమిమాయం కావడమో లేక కొంత భూమి సముద్రంలో నుంచి పైకి రావడమో, ఖండాలు కొన్ని ప్రక్కకు జరగడమో ఈ వెయ్యి సంవత్సరాల కాలంలో జరిగి వుంటాయి

కదా - ఇవన్నీ జరుగక ముందు భూమి ఎలా ఉండేదో ఆదృశ్యాల్ని ఇప్పడు చూడవచ్చు!

ప్రస్తుతం ఈ భూమి మీద మనం ఉంటున్న ఈ సమయంలో మన జ్ఞానేంద్రియాలు ఒక చిన్న హద్దుని మన చుట్టూ ఏర్పరచి ఉన్నాయి. మన ఇంద్రియాలకు గోచరించే, అర్థమయ్యే తరంగదైర్ఘ్యాలూ, ప్రకంపనాల వేగాలు చాలా సంకుచితమైన విస్తృతిలోనే ఉంటాయి. సూక్ష్మశరీరయానం చేస్తున్నప్పడు మన స్థూల శరీరపు "హద్దుల్ని" దాటి సంచరిస్తూ ఉంటాం కాబట్టి మనకు కనిపించే చిత్రాలు విభిన్నంగా మరింత విస్పష్టంగా క్రొత్త క్రొత్త అందాలతో, అనిర్వచనీయమైన అనుభూతిని ప్రసాదిస్తూ కనిపించవచ్చు. మన పరిశీలనా శక్తి మరింత పెరిగితే మూల పదార్థం ఎప్పటికీ నశించిపోదనే సత్యం కూడా మనకు అవగతం అవ్వవచ్చు. అనంతకాలం నుంచీ జీవరాశుల నుంచి బయలు వెడలిన, వెడల్తున్న జ్ఞానతరంగాలు ఇంకా విశ్వమంతటా అవిచ్ఛిన్నంగా, నశించిపోకుండా, శాశ్వతంగా తిరుగుతూనే ఉన్నాయన్న సత్యాన్ని నిజంగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. కాంతిని ఆపి మనం పరీక్షించుకోగలుగుతున్నట్లే ఆ ఆలోచనల జ్ఞాన తరంగాల్ని కూడా మనం అడ్డుకుని ఆపి అర్థం చేసుకోవచ్చు! ఒక ఉదాహరణని గమనించండి - మీ దగ్గర ఓ చిన్న 'స్లైడ్ ప్రొజక్టర్' ఉంది. ఓ తెల్లటి తెరను ఈ ప్రొజెక్టర్‌కు ఎదురుగా అమర్చి ఓ 'స్లైడ్'ను ప్రొజక్టర్‌లో ఉంచి స్విచ్ ఆన్ చేస్తారు. అప్పడు మీకు ఓ బొమ్మ ఆ తెర మీద స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది - మీకు అర్థం అవుతుంది. ఇప్పడు మీరు మీ ప్రొజెక్టర్‌ను కిటికిలోంచి ఆకాశం వైపు గురిపెట్టిస్విచ్‌ని'ఆన్' చేశారనుకోండి. అప్పడు మీకేం కనిపిస్తుంది ఏమీ కనిపించదు. ఆకాశంలో వెళ్తున్న ఓ కాంతిపుంజం మాత్రం కనిపించవచ్చు. అదీ గాలిలో తగినంత దుమ్ముంటే! ఈ కాంతి పుంజాన్ని ఏ తెరో ఆపితే తప్ప ఓ బొమ్మ ఏర్పడదు. అలాగే మీరు ఓ శక్తి వంతమైన టార్చ్‌లైటును చీకట్లో ఆకాశం వైపు వెలిగించి పట్టుకున్నా రనుకోండి. నిజం వెలుతురు కనిపించదు. ఆ కాంతిపుంజం ఏ మబ్బుకో, ఆకాశంలో వెళ్తూన్న ఏ విమానానికో తగిలి ప్రతిబింబిస్తేనే అసలు కాంతీ, వస్తువూ మనకు కనిపించగలిగేది.

"కాల - ప్రయాణం" (time travel) చెయ్యాలని మానవుడికి ఎప్పటినుంచో తీరని ఓ కోరిక ఉంది. స్థూల శరీరంలో మనం ఉన్నంత వరకూ ఇలా 'కాల - ప్రయాణం' చెయ్యడం కుదరదు. మరి ఈ స్థూలదేహానికి ఉన్న హద్దులూ, పరిమితులూ అలాంటివి. మన దేహాలు అసంపూర్ణంగా నిర్మితమైన యంత్రాలు. భూమి మీదకి చదువుకోవడానికి వచ్చిన మనకు అనుమానం ఎక్కువ. ఏ విషయాన్నీ నిశ్చయించి చెప్పకోలేం. మనకు నమ్మకం కలగాలంటే "ఋజువులు" కావాలి - ఒక వస్తువు ఎలా పనిచేస్తుందో తెలుసుకునేందుకు దాన్ని ముక్కలుగా చీల్చి పరీక్ష చేసి ఆ వస్తువు మళ్ళీ ఇక ఎప్పటికీ పని చెయ్యకుండా చెయ్యగల శక్తి మనకుంది. కాబట్టి స్థూలశరీరాన్ని వదలిపెట్టి సూక్ష్మ శరీరాన్ని చైతన్యంతో, మన పూర్తి ఎరుకతో చెయ్యగలిగితే ఈ "కాల-ప్రయాణం" అన్నది మనం భూమి మీద ఏ సినిమా చూడడానికో వెళ్ళినంత సులువుగా ఉంటుంది.

"ఆకాషిక్ రికార్డ్" లేక "సూక్ష్మవిజ్ఞానకోశం" అంటే ఓ విధమైన సూక్ష్మ ప్రకంపన అనుకోవచ్చు. ఈ ప్రకంపన కేవలం కాంతిని మాత్రమే కాదు - శబ్దాన్ని కూడా తనలో పొందుపరచుకుని ఉంటుంది. ఈ ప్రకంపనను సరిగ్గా వర్ణించే మాట ఏదీ ఈ భూమి మీద లేదు! అర్థం చేసుకునేందుకు ఓ రేడియో తరంగం లాగా ఈ ప్రకంపనను ఊహించుకోవచ్చు. మన చుట్టూ అన్ని చోట్లా రేడియో తరంగాలున్నాయి. ప్రపంచంలోని అన్ని ప్రదేశాల్లో ప్రకంపనాల రూపంలో భూమిచుట్టూ తిరుగుతూనే ఉంటుంది. ఒక్కో రేడియో స్టేషన్ ఒక్కో విధంగా వివిధ భాషల్లో, వివిధ అంశాల మీద చర్చలనూ, సంగీతాన్నీ ప్రసారాలు చేస్తూంటుంది. ప్రపంచంలోని ఓ ప్రాంతం నుంచి వస్తున్న రేడియో తరంగాలు ఒక్కోసారి మనకి "రేపటి రోజు" ప్రసారం కాబోయే ప్రోగ్రాం కావచ్చు! ఈ రేడియో తరంగాలన్నీ ఎడతెరిపి లేకుండా మనకు వస్తూనే ఉంటాయి. మనకు మాత్రం వీటి గురించి ఏ స్పృహా ఉండదు. ఓ రేడియో సెట్టు మన దగ్గర ఉంటే తప్ప ఈ తరంగాల్ని మనం మనకు అర్థమయ్యే స్వరంలోకి మార్చుకుని వినలేం. రేడియో తరంగాల అనుకంపనా (frequency) వేగాన్ని తగ్గించి మామూలుగా మన చెవులు

వినగలిగే తరంగాల అనుకంపన వేగానికి తెచ్చుకోగలుగుతాము. ఇదే పద్ధతిలో 'ఆకాషిక్ రికార్డు' తరంగాలను విశ్లేషించగల యంత్రం ఒకటి ఉన్నట్లయితే చరిత్రను మనం "టెలివిజన్ స్క్రీన్ మీద" చూడవచ్చు. కంటికి కనిపిస్తున్న ఆ నిజాలను చూస్తున్న "చరిత్రకారులు" తాము పుస్తకాల్లో చదువుకున్న అబద్ధాలు గుర్తొచ్చి జుట్టు పీక్కుంటారు!

ఈ 'ఆకాషిక్ రికార్డు' అనేవి ఎప్పటికీ నాశనం కావు. ఇవి విశ్వంలోని సమస్త జీవరాశుల జీవితాల్లోని అన్ని ఆలోచనల అనుభవాల జ్ఞానతరంగాలు. రేడియో స్టేషన్లొంచి ప్రోగ్రాంలు వస్తున్నట్లు ప్రపంచంలోంచి ఇవి ఎప్పుడు ప్రసారమవుతూనే ఉంటాయి. ఈ భూమి మీద జన్మించిన ప్రతి జీవి ఆలోచనలు అన్నీ అనంతంగా సృష్టిలో పరిభ్రమిస్తూనే ఉంటాయి. ప్రకంపనాల రూపంలో మనం స్థూలశరీరం నుంచి సూక్ష్మశరీరంతో బయటకు వచ్చేసిన తరువాత ఈ ప్రకంపనాలను అర్థం చేసుకోవడానికి ఏ యంత్రాలనూ ఉపయోగించాల్సిన పనిలేదు. ఈ ప్రకంపనాల వేగాన్ని తగ్గించే యంత్రాలేమీ ఉండవు. వీటికి బదులుగా, స్థూలశరీరం లోంచి మనం బయటపడుతూ ఉన్నప్పుడే, మనలోనే ఉన్న ఈ "ప్రకంపనాల గ్రాహకాలు" ఉత్తేజం పొందుతాయి. వేగాన్ని పుంజుకుంటాయి. అభ్యాసం కొనసాగిస్తూ ఉంటే "ఆకాషిక్ రికార్డ్"ను గ్రహించి అర్థం చేసుకో గలుగుతాము.

కాంతి వేగాన్ని అధిగమించే సమస్య విషయానికి వద్దాం. కాస్సేపు కాంతి వేగం సంగతి ప్రక్కకి నెట్టి దానికి బదులు శబ్దవేగాన్ని అధిగమించే సమస్య గురించి ఆలోచిస్తే మంచిది. ఎందుకంటే, శబ్దవేగం తక్కువ గనుక; దీన్ని అర్థం చేసుకోవడానికి అనంతమైన దూరాలకు వెళ్ళి పోవాల్సిన పరిస్థితి ఇక్కడ రాదు గనక. మీరు ఆరు బయట నిలబడి ఉన్నప్పుడు వేగంగా నిశ్శబ్దంగా వెళ్తూన్న జెట్ విమానం కనిపిస్తుంది. శబ్దవేగానికి మించిన వేగంతో ఆ జెట్ విమానం పయనిస్తూ ఉండటం వల్ల.

రెండవ ప్రపంచ యుద్ధం రోజుల్లో ఆక్రమిత యూరోప్ నుంచి గొప్ప రాకెట్లను వదిలేవారు - ఇంగ్లాండును నాశనం చేసేందుకు. ఈ రాకెట్లు వచ్చి ఇళ్ళ మీదా, పెద్ద భవంతుల మీదా పడి వాటిని కూల్చేయడం వల్ల

చాలా మంది మరణించేవారు. ఈ రాకెట్ల పేలిన శబ్దాన్ని బట్టి రాకెట్లు అక్కడ పడినట్లు జనం గుర్తించేవారు. పడుతున్న రాళ్ళ చప్పుళ్ళూ, దెబ్బలూ తగిలి జనాలు చేస్తూన్న హాహాకారాలూ అందరికీ వినిపించేవి. తరువాత కొంత దుమ్మూ ధూళీ సర్దుకుంటున్న సమయంలో అప్పుడు వినిపించేవి ప్రేలిపోయిన ఆ రాకెట్లు లివ్వున గాలిలో వస్తున్న చప్పుళ్ళు! అయోమయాన్ని సృష్టించిన ఈ చోద్యానికి కారణం శబ్ద వేగం కన్నా ఎక్కువ వేగంతో ఆ రాకెట్లు ప్రయణించడమే. అందువల్ల ఆ రాకెట్ పడి జరగాల్సిన విధ్వంసం అంతా జరిగి కాస్త సర్దుమణిగే సమయంలో ఆ రాకెట్ వస్తున్న చప్పడు వినిపించేది!

ఎవరైనా ఓ కొండపైన నుంచుని దూరంగా మరో కొండ చివరన నిలబడి ఉన్న ఓ ఫిరంగిని చూస్తూ ఉన్నారనుకోండి. తలపై నుంచి ఆ ఫిరంగి గుండు వెళ్తూన్నప్పుడు చప్పడు ఏమీ వినిపించదు. కాస్త దూరంలోకి ఆ గుండు దూసుకు పోతూన్నప్పడు అది వెళ్తూన్న చప్పడు మొదలవుతుంది! చప్పడు విన్నవాళ్ళెవరూ ఆ గుండ్ల వల్ల యుద్ధంలో ప్రాణాల్ను కోల్పోలేదు!

ఎందుకంటే గుండ్లు ముందుగా వచ్చేసేవి - తరువాత శబ్దం వినవచ్చేది! చప్పడు వినిపించి భయంతో నేల మీదకి వంగే వాళ్ళను చూస్తే చాలా తమాషాగా ఉంటుంది. అప్పటికి చాలా సమయానికి ముందే వారి మీద నుంచే ఆ గుళ్ళు వెళ్ళిపోయి వుండడం వలన! కాంతి కన్నా శబ్దవేగం చాలా తక్కువ. ఇందాకటి కొండపై నుంచి మనం మళ్ళీ దూరంగా ఉన్న ఫిరంగి వంక చూస్తున్నామనుకోండి. దూరంలో ఉన్న ఆ ఫిరంగి గొట్టం లోంచి ఓ మంట కనిపిస్తుంది ఫిరంగి పేలినట్లు. తరువాత చాలా సేపయిన తరువాత - రెండు కొండల మధ్యా ఉన్న దూరాన్ని బట్టి - మీద నుంచి వెళ్ళిపోయిన గుండు తాలూకు శబ్దం మీకు వినిపిస్తుంది. దూరంగా ఓ మనిషి కట్టెలు కొడ్తూ ఉండడాన్ని మీరు గమనించి ఉండవచ్చు. చెట్టు మీద గొడ్డలి పడడం మీకు కనిపిస్తూనే ఉంటుంది. తరువాత కొంత సేపటికి టక్కుమని శబ్దం వినిపిస్తుంది. ఈ అనుభవం మనలో చాలా మందికి కలిగే ఉంటుంది.

'ఆకాషిక్ రికార్డ్'లో ఈ ప్రపంచంలోని అన్ని జీవరాసుల జ్ఞానానికి సంబంధించిన అన్ని విషయాలూ, జరిగిన అన్ని సంఘటనలూ ఉంటాయి. వేరే ప్రపంచాలలో వేరే "ఆకాషిక్ రికార్డ్"లు ఉంటాయి - వివిధ దేశాల్లో వేర్వేరు రేడియో ప్రోగ్రాములు ఉన్నట్లు. ఈ పద్ధతి తీరు తెలిసిన వాళ్ళు 'ఆకాషిక్ రికార్డ్'కు తమని తాము ట్యూన్ చేసుకోగలుగుతారు - తమ ప్రపంచానికి సంబంధించిన వాటికే కాకుండా - ఇతర విశ్వాలకు చెందిన అన్ని ఇతర ప్రపంచాల 'ఆకాషిక్ రికార్డ్'ను కూడా - అలా 'ట్యూన్' చేసుకుని (ఆకాషిక్ ప్రకంపనాలకు అనుగుణంగా తమ శరీరపు ప్రకంపనలను శృతి చేసుకుని) ఇలా ఇతర ప్రపంచాల చరిత్రలను దర్శించగలుగుతారు. అలాగే మన ప్రపంచపు చరిత్ర పుస్తకాల్లో ఏ యే తప్పులు దొర్లాయో తెలుసుకోగలుగుతారు. చరిత్ర పాఠాల్లో ఏ యే తప్పులు దొర్లాయో తెలుసుకోవాలనే కుతూహలం సంగతి అటుంచి-తమ జీవితంలోనే ఏయే పొరబాట్లు జరిగాయో కూడా ఎవరైననా చూసి తెలుసుకోవచ్చు. ఈ భూమి మీద మన తనువు చాలించాక మనం ఇంకో జీవన తలం మీదకు వెళ్ళి భూమి మీద మనం ఏమి చేశామో, ఏం చెయ్యలేదో పరిశీలించుకుందాం. ఇదంతా ఆలోచనావేగంతో మనం గమనిస్తాం. ఆకాషిక్ రికార్డ్ పరిశీలన ద్వారానే ఇది జరుగుతుంది. మనం పుట్టినప్పటినుంచే కాక, మనం పుట్టక ముందు నుంచీ జరిగిన సంఘటనలు - మనం ఎవరికి జన్మిచాలను కున్నామో, మన తల్లిదండ్రులు ఎవరని మనం నిర్ణయించుకుని బయలు దేరామో, అక్కడ నుంచీ ఈ పరిశీలన ప్రారంభ మవుతుంది. ఈ పరిశీలన పూర్తయ్యాక, మనం చేసిన పొరబాట్లేవో మనకు అర్థమయ్యాక, పరీక్షలో ఉత్తీర్ణుడు కాలేపోయిన విద్యార్థి ఏయే జవాబులను తప్పగా వ్రాశాడో చూసుకుని మళ్ళీ అదే తరగతిలోకి వెళ్ళి కూర్చున్నట్లు, మనం మళ్ళీ ఇంకో జన్మను ఎలా ఎత్తాలో, ఎక్కడ జన్మించాలో, ఎవరికి జన్మించాలో, ఎప్పుడు జన్మించాలో, ఇలా అన్నీ బేరీజు వేసుకుని ఓ 'జీవిత ప్లాన్' ను నిర్ణయించు కుంటాం.

స్వతఃసిద్ధంగానే విశ్వవిజ్ఞానకోశంలోకి ఒక వ్యక్తి తరచి చూడడానికి చాలా సమయం పడుతుంది. దీనికి ఎంతో కఠినమైన అభ్యాసమూ, సాధనా, విశ్వాసమూ కావలసివస్తాయి. అయితే, ఎంతోమంది. ఇందులో కృతకృత్యులు అయ్యారు. "మనం ఇక్కడ కాస్సేపు ఆగి, 'విశ్వాసం' గురించి చర్చించుకుంటే బాగుంటుంది" అని బహూశా, మీరూ అనుకుంటున్నారు కదూ?

'విశ్వాసం' - ఈ లక్షణాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ అపురూపమైన ఓ మొక్కను మనం జాగ్రత్తగా కాపాడుకుంటూ పెంచుకున్నట్టుగా - పెంచుకోవాలి. ఈ 'విశ్వాసం' అనేది ఓ కలుపుమొక్క కాదు. ఇందాక అనుకున్నట్లుగా, ఇది సరైన ఉష్ణోగ్రతలో పెంచాల్సిన ఓ అపురూపమైన మొక్క; దీన్ని మనం బాగా మేపాలి; జాగ్రత్తగా తిండి పెట్టాలి; జాగ్రత్తగా కాపాడుకోవాలి. విశ్వాసం మనకు కలగాలంటే విశ్వాసాన్ని గురించిన నిశ్చయాన్ని మన అంతరాంతరాల్లోకి, అచేతన మనస్సు (subconscious) లోకి దిగిపోయేలా మళ్ళీ మళ్ళీ చెప్పకుంటూ ఉండాలి. ఈ మన "అచేతన మనస్సు" చేతనావస్థలోని మనస్సు కంటే తొమ్మిదిరెట్లు పెద్దదిగా -. మనలోని ముఖ్యభాగంగా ఉంటుంది. దీనిని ఓ 'సోమరిపోతు అయిన వృద్ధుడి'తో పోలుస్తూ ఉంటాం. ఈయనని మనం క్షోభపెట్టకూడదు. ఈయన వార్తాపత్రికల్ని చదువుతూ ఉంటాడు. బహూశా ఓ పైపు కాల్చుకుంటూ ఉంటాడు. సుఖంగా మెత్తటి చెప్పలను వేసుకుని ఉంటాడు. నిజానికి ఆయన చుట్టూ జరుగుతున్న అల్లకల్లోలం, అల్లరీ ఆయనకు నచ్చదు. ఆయన తన ఏకాగ్రతను కోల్పోయేందుకు ఇష్టపడడు. అనేక సంవత్సరాల కృషి వల్ల ఎంతో విపరీతంగా పీడిస్తే తప్ప తాను ఉంటున్న స్థితి నుంచి ఆయన ప్రక్కదారి త్రొక్కడు. తన చుట్టూ ఉన్న గోల నుంచి తగిన రక్షణను ఏర్పాటు చేసుకుని ఉంటాడు. వృద్ధాప్యంలో ఉన్న ఓ చెవిటి వానిలాగా ఈయనకి మొదటిసారి చెబుతున్న మాట అస్సలు వినిపించదు. రెండోసారి పిలిచినప్పుడు మనం చెప్పే మాటను వినడానికి ఆయనకు ఇష్టం ఉండదు గనుక వినడు, "వింటే తాను చేస్తున్న పని పెరగవచ్చు లేకపోతే అనుభవిస్తున్న విశ్రాంతి నాశన మయిపోవచ్చు" ననే ఆలోచనతో మనం చెపింది వినడు. మూడోసారి

మనం ఇందాకటి మాటననే మళ్ళీ చెప్పినట్లయితే ఆయనకు వినుగు వచ్చేస్తుంది. చేతిలోని పేపర్లో రేసు ఫలితాలను చదవాలని ఆయన అనుకుంటూ ఉండవచ్చు. "శ్రమపడే పనిని చేయాలి" అని ఆయన అనుకోకపోవచ్చు. మీరు మీ మాటలని మళ్ళీ మళ్ళీ చెబుతూనే ఉంటే అప్పడే ముసలాయన "స్పృహలోకి" వచ్చి మీ మాట వింటాడు. మీ మాట 'అచేతనపు మనస్సు' లోకి దిగిందంటే చాలు మీకు "తనంతట తానే ప్రకాశించే విశ్వాసం" స్థిరపడిపోతుంది. ఇక్కడ మీకు ఒక విషయాన్ని మేము స్పష్టం చెయ్యాల్సి ఉంటుంది. "విశ్వాసం" అంటే "నమ్మం" కాదు. "రేపు సోమవారమని నా నమ్మకం" అని మీరు అనొచ్చు. దీనికో అర్థం ఉంటుంది. మీరు "రేపు సోమవారమై ఉండొచ్చని నా విశ్వాసం" అని చెప్పరు. ఈ మాటకు అర్థం పూర్తిగా వేరే అవుతుంది. విశ్వాసం మీతో పాటు పెరుగుతూ ఉంటుంది. మనం ఓ క్రిష్టియన్ కావచ్చు, ఒక బుద్ధిస్టుకావచ్చు - ఒక యూదుడు కావచ్చు - మన తల్లిదండ్రులు క్రిస్టియన్లో బుద్ధిస్టులో, యూదులో కాబట్టి. మనకు మన తల్లి తండ్రుల మీద విశ్వాసం ఉంటుంది. వాళ్ళ ఆలోచనలు సరైనవేనని మన నమ్మకం - అందువల్లే మన విశ్వాసం కూడా మన పెద్దల విశ్వాసం లాగే ఒకటే అయిఉంది. ఏ విషయాలను మనం ఈ భూమి మీద పూర్తిగా నిరూపించలేమో ఆ విషయాలు విశ్వాసాన్ని ఆశ్రయిస్తాయి. మిగతా నిరూపించగల విషయాలను మనం ఈ భూమి మీద పూర్తిగా నిరూపించ లేమో ఆ విషయాలు విశ్వాసాన్ని ఆశ్రయిస్తాయి. మిగతా నిరూపించగల విషయాలను మనం నమ్మవచ్చు. నమ్మకపోవచ్చు. విశ్వాసానికీ, నమ్మకానికీ మధ్య ఓ తేడా ఉంది. ఈ తేడా ఏమిటో మనం గుర్తించగలిగి ఉండాలి.

అయితే అన్నింటికన్నా ముందుగా, మీరు దేన్ని నమ్మాలను కుంటున్నారు? మీ విశ్వాసపు అవసరం దేనికుంది? ఏయే విషయాలను విశ్వాసం కావాల్సి ఉంటుందో, అన్ని కోణాలనుంచీ ఆలోచించండి. ఓ మతం మీద విశ్వాసమా? మీ సామర్థ్యం మీ విశ్వాసమా? ఎన్ని కోణాల నుండి వీలైతే అన్ని కోణాల నుంచి "విశ్వాసం" గురించి ఆలోచించండి. ఆ తరువాత, మీరు సవ్యమైన రీతిలోనే ఆలోచనలను చేస్తున్నారని తెలుసుకున్న తరువాత

- నిశ్చయించండి - చెప్పండి - వల్లించండి - ఉద్ఘాటించండి. మీకు మీరే చెప్పుకోండి. "ఈ పనిని నేను చెయ్యగలను"అని, "ఆ పనిని నేను చెయ్యగలను" అని లేక "ఈ పనిని చేస్తాను" అని లేక మీరు దీన్నో, దాన్నో గట్టిగా నమ్ముతున్నాననీ చెప్పకోండి. ఈ మాటలని మళ్ళీ మళ్ళీ చెప్పాలి. మళ్ళీ మళ్ళీ పునశ్చరణ చెయ్యాలి. ఈ విధంగా మళ్ళీ మళ్ళీ పునశ్చరణ చెయ్యకపోతే విశ్వాసం సిద్ధించదు. గొప్ప మతాలకు విశ్వాసపాత్రులైన అనుసరించే వాళ్ళు ఉంటారు. ఆ విశ్వాసపాత్రులైన అనుసరించేవాళ్ళు చర్చ్‌లకూ, ఛాపెల్ (చిన్నచర్చ్)కూ, సైనగాగ్ (యూదుల ప్రార్థనా మందిరాలు)లకూ, గుళ్ళకూ వెళ్ళి వాళ్ళ కోసమే కాక అందరి కోసం కూడా ప్రార్థనలను చేస్తూంటారు. ఈ విధంగా ఎన్నో సార్లు ప్రార్థనలను చేస్తూ ఉండడం వలన ఈ "విశ్వాసం" అనే లక్షణం వాళ్ళ మనస్సు లోతుల్లోకి, అంతరాంతరాలల్లోకి, "అచేతనపు మనస్సు"లోకి చొచ్చుకునిపోయి స్థిరపడుతుంది. దూరప్రాచ్యదేశాల్లో మంత్రాలలాంటి కొన్ని విషయాలు ఉన్నాయి. ఓ వ్యక్తి ఓ విషయాన్ని - ఓ మంత్రాన్ని, పదే పదే వల్లిస్తూ -మళ్ళీ మళ్ళీ జపిస్తూ ఉంటాడు. ఒకవేళ ఆ మంత్రానికున్న అర్థం కూడా ఆ వ్యక్తికి తెలియకపోవచ్చు. ఫరవాలేదు! ఈ మంత్రాల్ని నిర్మించిన ప్రాచీన మహనీయులు (ఆ మంత్రాలకి మూల పురుషులు) వాటిని ఎలా నిర్మిస్తారంటే, ఆ మంత్రాలని ఉచ్చరించేప్పడు పుట్టే ప్రకంపనాలు వాళ్ళ అచేతనపు మస్తిష్కపు పొరల్లోకి, వెళ్ళాల్సిన విషయాన్ని గాఢంగా నెట్టుకుపోయేలా కొంతకాలం ఈ మంత్ర జపం కొనసాగేసరికి, ఆ మంత్రం ఈ వ్యక్తి "అచేతన మనస్సు" లోకి పూర్తిగా నాటుకునిపోయి ఆ వ్యక్తిలో ప్రగాఢ విశ్వాసం తనంతట తానే వ్యక్తమయ్యేలా నెలకొల్పుతుంది. ఇదే విధంగా, మీరు మీ ప్రార్థనలను మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ ఉంటే కొంతకాలానికి మీరు వాటిని నమ్మడం ప్రారంభిస్తారు. మీ మాటలని అచేతనావస్థలోని మనస్సు నమ్మి మీతో సహకరిస్తే చాలు మీకు విశ్వాసం సిద్ధించినట్లే ! మీకు "విశ్వాసం" ఉంటే చాలు ఇక ఏ విషయాన్నీ గురించీ మీరు దిగులు పడాల్సిన పని ఉండదు. మీ శక్తి సామర్థ్యాల గురించీ, మీ విశ్వాసం గురించీ మీ అచేతన మనస్సు ఆటోమేటిక్‌గా పదే పదే గుర్తు చేస్తూనే ఉంటుంది.

మీకు మీరే పదే పదే చెప్పకుంటూ ఉండండి - మీరు 'ఆరా' లను త్వరలోనే చూడగలుగుతారనీ, మీకు 'దూర ప్రసారక, గ్రాహకశక్తి' (telepathy) వస్తుందనీ, ఈ పనో ఆపనో అత్యంత సులభంగా చెయ్యగలరనీ; ముఖ్యంగా ఏ యే పనులను సమర్థవంతంగా చెయ్యగలగాలని కోరుకుంటున్నారో ఆ సంకల్పాలనే చెప్పకోండి. కొంతకాలం జరిగిన తరువాత మీరు ఆ పనులను చెయ్యగలుగుతారు. జీవితంలో విజయాలను సాధించిన వాళ్ళందరూ, లక్షలను ఆర్జించిన వాళ్ళూ, క్రొత్త వస్తువుల్ని కనిపెట్టిన వాళ్ళూ అందరూ తమ మీద తమకి అపారమైన విశ్వాసం ఉన్నవాళ్ళే. తాము చెయ్యాలనుకుంటున్న పనులు అత్యంత సులభంగా చెయ్యగలమనే ఆత్మవిశ్వాసం.వాళ్ళకి పుష్కలంగా ఉంటుంది. వీరిలోని విశ్వాసమే వాళ్ళతో ఆ పనులను చేయించి విజయాలను వాళ్ళకి తెచ్చిపెడ్తాయి. ఎప్పుడూ గెలుపు గురించే ఆలోచించే వ్యక్తి విజయాన్నే సాధిస్తాడు. విశ్వాసం కోసం నిశ్చయాలు చేసే వాళ్ళు అనుమానాలకు ఏ మాత్రం చోటివ్వకూడదు. ఈ విధంగా విజయాన్నే సాధించే పద్ధతిని విశ్వాసంతో ఆచరించి చూడండి. ఫలితాలు మీకే ఆశ్చర్యాన్ని తప్పక కలిగిస్తాయి.

గతజన్మలో తాము ఎవరో, ఏ యే పనులను తమ గత జన్మలో చేసేవారో, ఈ విషయాల గురించి కొందరు ఇతరులకి చెప్పడం మీరు వినే ఉంటారు. ఈ పరిజ్ఞానం వాళ్ళకి "ఆకాషిక్ రికార్డ్సు" పరిశీలన వల్ల తెలిసి ఉంటుంది. ఎలాగంటే ఎందరో వ్యక్తులు నిద్రలో సూక్ష్మలోకాలకు వెళ్ళి విశ్వచైతన్య బాండాగారంలోకి వెళ్ళి చూసి వస్తూ ఉంటారు. ప్రొద్దున్నే, మెలకువ రాగానే, వాళ్ళకి కొన్ని "అభూతకల్పన"లూ, భయంకర అనుభవాలూ గుర్తొస్తాయి. కొన్ని విషయాలు నిజాలు కావచ్చు. కానీ చాలావరకు విపరీత చిత్రీకరణ జరుగుతుంది. మీరు వినే అనేక అనుభవాలు మనుష్యుల బాధలను గురించే ఉంటాయి. ప్రజలందరూ మనల్ని వేధించేవాళ్ళుగానే కనబడుతూ ఉంటారు. "చెడ్డ వాళ్ళు" గానే కనబడుతూ ఉంటారు. ఇదంతా ఇలా ఎందుకు జరుగుతూందంటే మనం ఈ భూమిమీదకి ఓ బడిలోకి విద్యార్థి వచ్చినట్లు వస్తామని అర్థం చేసుకోవాలి. మనకున్న అవలక్షణాలను

పోగొట్టుకోవడానికే కష్టాలు పడాల్సి ఉంటుందనీ తెలుసుకోవాలి. లోహాన్ని శుద్ధి చెయ్యాలంటే ఓ కొలిమిలో దాన్ని కరిగించాలి. అప్పుడు దాంట్లోంచి పనికిరాని పదార్థం పైకి తేలిపోతుంది. ఆ తెట్టును మనం తొలగించవచ్చు సులభంగా, మనుష్యులకి కూడా ఇలాంటి ఒత్తిళ్ళురావడం వలన వాళ్ళు విపరీతంగా ఉద్విగ్నులై కుప్పకూలిపోయేవరకూ శోధింపబడతారు. ఆ విధంగా వాళ్ళ తప్పులు తొలగింపబడుతాయి. వాళ్ళు సంస్కరింపబడుతారు. మానవులు ఈ భూమి మీదకు నేర్చుకునేందుకు వస్తారు. "దయాగుణం" కంటే "కఠినత్వం"తోనే మానవుడు చాలా త్వరగా అనేక సత్యాలను గ్రహించ గలుగుతాడు.

ఈ ప్రపంచం మానవులు కష్టాలు పడడానికే, వాళ్ళకు శిక్షణ యివ్వడానికే, వాళ్ళను సంస్కరించడానికే ఉంది. అక్కడక్కడా దయా ప్రేమ కిరణాలు కాంతి రేకల్లా దీప స్థంభాల్లా వెలుగుల్ని ప్రసరించినా, ప్రపంచం మొత్తం చాలా వరకూ యుద్ధాలతోనే - పోట్లాటలతోనే నిండివుంది. ఏ దేశ చరిత్రనైన గమనించండి, మీకు అనుమానంగా ఉంటే; ప్రారంభమవుతున్న అనేక యుద్ధాలను గమనించండి. నిజంగా ఇది మలినంతో నిండివున్న ప్రపంచం. ఇక్కడికి రావాల్సిన గొప్ప మహనీయ వ్యక్తుల రాకకు ఈ భూమి గొప్ప ప్రతిబంధకంగా ఉంటుంది. వీరు రాకా తప్పదు, ఇక్కడ జరిగే విషయాలను గమనించకా తప్పదు. గొప్ప వ్యక్తి ఒకడు ఈ భూమి మీదకు రావాలనుకుంటే ఓ మలినాన్ని తనకు ఆపాదించుకుని ఆ తరువాత జన్మించాల్సి ఉంటుంది. ఈ మలినమే ఆ మహనీయుణ్ణి ఈ భూమి మీద కట్టిపడేసి ఉంచగలిగే 'లంగరు'లాంటిది. ఏ మహనీయుడూ తన పూర్తి నిర్మలమైన, నిష్కళంకమైన పవిత్రమైన స్థితిలో భూమి మీదకు రాలేడు. అలా వస్తే ఇక్కడి దుఃఖాలనూ, కష్టాలనూ భరించలేడు. కాబట్టి ఓ వ్యక్తి గురించి అనుకుంటూ - "ఆ వ్యక్తి ఇలాంటివాడు, అలాంటివాడు. ఆయనకి ఈ విషయం అంటే లేక ఆ విషయం అంటే అమిత వ్యామోహం" అనే పద్ధతిలో ఆలోచించే ముందు కొంత జాగ్రత్తతో పరిశీలించండి. ఓ వ్యక్తి మధుపానం చెయ్యకుండా ఉన్నంతవరకూ అతనిని ఉన్నతుడే అనుకోవచ్చు.

ఓ "చుక్క" పుచ్చుకున్నాడా, అతని అతీంద్రియ శక్తులన్నీ నిష్ప్రయోజనాలే అయిపోతాయి!

అత్యంత గొప్ప మహనీయులు - యోగదృష్టి ఉన్నవాళ్ళు, భావ ప్రసార గ్రాహణశక్తి ఉన్నవారూ ఏదో ఒక శారీరక బాధతో ఉండడాన్ని చూడవచ్చు. ఇలాంటి బాధలు ఆ వ్యక్తి యొక్క ప్రకంపనలని గణనీయంగా ఎక్కువ చేయగలుగుతాయి. తద్వారా ఆ శక్తులు వారికి సిద్ధిస్తాయి. ఓ వ్యక్తి ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని అతడి ముఖాన్ని చూసే చెప్పెయ్యలేం. ఓ మనిషి జబ్బుతో కనిపిస్తే అతడు చెడ్డవాడని భ్రమపడకండి. ఆ జబ్బును స్వయంగా ఆ మహనీయుడు ఆహ్వానించి ఉండవచ్చు-తన ప్రకంపనాలను గణనీయంగా పెంచుకునేందుకే ఈ జబ్బును అతడు స్వీకరించి ఉండవచ్చు. ఒక పురుషుడు గానీ ఓ స్త్రీగానీ ఓ "బూతుమాట"ని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూ ఉంటే అతడు లేక ఆమె గురించి ఓ కఠినమైన తీర్పుని మీ అంతట మీరు వెంటనే నిర్ణయిం చేయకండి. ఓ గొప్ప వ్యక్తి మీరు అనుకునే పద్ధతిలోనే ఉండనక్కరలేదు. ఓ బూతు మాటని పట్టుకునో ఇంకో వ్యసనాన్ని అంటించుకునో ఈ భూమి మీద అతుక్కుని నిలబడగలిగేందుకే ఆ మహనీయుడు సంకల్పించుకుని ఉండవచ్చు. ఆ మనిషి మద్యపానం చెయ్యకుండా ఉన్నట్టయితే నిజంగా మీరు మొదట అనుకున్నట్టే తప్పకుండా మహనీయుడు కావచ్చు. ఈ భూమి మీద కావల్సినంత మాలిన్యం ఉంది. "మాలిన్యం" అనేది ఎప్పుడూ నాశనం అయిపోతూనే ఉంటుంది. నిర్మలమూ, అవినీతికీ లొంగని ధీరత్వమూ మాత్రమే ఇక్కడ శాశ్వతత్వాన్ని కొనసాగించ గలుగుతాయి. ఈ కారణం వల్లే మనం ఈ భూమి మీదకు వస్తూ ఉంటాం. ఇహలోకాన్ని దాటి ఉండే సూక్ష్మలోకాల్లో అవినీతి ఉండదు. దుర్మార్గం ఉత్తమ లోకాల్లో ఉండే అవకాశమే లేదు. అందువల్లే మనుష్యులు ఈ భూమి మీదకి కష్టపడి నేర్చుకునేందుకు వస్తూ ఉంటారు. మళ్ళీ ఇంకోసారి ఈ మాట వినండి. ఆత్మజ్ఞానులైన మహనీయులు ఈ భూమి మీదకు వచ్చేటప్పుడు ఓ దుర్గుణాన్నో ఓ వ్యసనాన్నో వెంట తీసుకుని వస్తారు. లేకపోతే ఓ జబ్బునైనా ధరిస్తారు. తాము ఎందుకు ఇహలోకానికి వస్తున్నారో వాళ్ళకు బాగా తెలుసు. ఓ ప్రత్యేక

విధి నిర్వహణ కోసమే భూలోకానికి వచ్చారు కనుక ఏ వ్యసనమూ దుర్గణమూ తమకు కర్మబద్ధుల్ని చేసి తమనే ఇక్కడే బంధించదని వాళ్లకు బాగా తెలిసే ఉంటుంది (కర్మ గురించి మనం తరువాత తెలుసుకుంటాం). ఓ బరువులాగానే ఈ దుర్గుణం గానీ, వ్యసనం కానీ ఉండి దేహాన్ని భూతలం మీద నిలబెట్టి ఉంచుతుంది. ఇదొక సాధనంగా మాత్రమే పనిచేస్తుంది.

ఇంకో విషయాన్ని కూడా మేము మీకు చెప్పాల్సి ఉంది. అది ఇదే - ప్రస్తుత గొప్ప సంఘసంస్కర్తలు కొందరు తమ గతజన్మల్లో ప్రస్తుతం దేన్ని వాళ్లు సంస్కరిస్తున్నారో - ఆ తప్పులనే చేసినవాళ్ళు. ఉదాహరణకు - హిట్లర్ ఈ భూమి మీదకు గొప్ప సంస్కర్తగా వస్తాడని నిస్సంశయంగా నమ్మవచ్చు. స్పానిష్ ఇన్‌క్విజిషన్ (Spanish inquisition) రోజుల్లో కిరాతకుల్లో చాలామంది గొప్ప సంస్కర్తలుగా భూ మి మీదకి మళ్లీ దిగివచ్చారు. ఈ విషయానన్ని గురించి మీరు కాస్త ఆలోచించడం మంచిది. గుర్తుపెట్టుకోండి. జీవించడానికి ఉత్తమమైన మార్గం "మాధ్యేమార్గం" చెడ్డవాళ్ళుగా ఉండి దాని వల్ల మళ్లీ మళ్లీ మీరు బాధపడవలసి వచ్చేలా చేసుకోకండి. అలాగని పరమ పవిత్రంగా ఉండాలనీ అందరూ మీ క్రిందే ఉండాలనీ అనుకుంటే మీరు భూమి మీద బ్రతకలేరు. అదృష్టం కొద్దీ, అంత పవిత్రులు ఎవరూ ఈ భూమి మీద లేరు లెండి!

ఇరవయ్యోపాఠం

ఆత్మసంయమనం

త్వరలోనే టెలీపతీ (భావగ్రాహక ప్రసరణ విద్య) గురించీ, క్లైయిర్ వాయన్స్ (యోగదృష్టి) గురించీ, సైకోమెట్రీ (స్పర్శగ్రహణం)ను గురించీ అధ్యయనం చేసేందుకు మనం ప్రయత్నిద్దాం. కానీ, ప్రస్తుతానికి కాస్త ప్రక్కదారిలోకి వెళ్లడానికి మీరు ఒప్పుకోవాలి - ఇంకో విషయాన్ని గురించి ముచ్చటించుకునేందుకు మాకు అనుజ్ఞని ఇవ్వాలి. మేము ఎప్పుడూ చెబుతున్న విషయాల నుంచి దూరంగా వెళ్లిపోతూ ఉంటామని మీరు అనుకుంటూ ఉంటారని మాకు తెలుసు. కానీ ఉద్దేశ్యపూర్వకంగానే మేం అలా చేస్తున్నాం. మేము చెప్పదలచుకున్న విషయాలేవిటో మాకు బాగా తెలుసు! కానీ మిమ్మల్నీ, మీ ప్రజ్ఞనూ ప్రక్కకు లాగి మరో అన్యవిషయాల చర్చ సాగించడం ద్వారా, వమీ పునాదులే గట్టిపడి మీకు మేలు కలుగుతుందని మా నమ్మకం.

ఇప్పుడు మీకు స్పష్టంగా చెప్పేది ఏమిటంటే ఈ విద్యల్ని నేర్చుకోవాలని అనుకునేవారు ఆ ప్రయత్నాన్ని "నిదానంగా" చెయ్యాలని. ఒక స్థాయి తరువాత మీరు అభివృద్ధిని "బలవంతపు పద్ధతి" వలన పొందలేరు. ప్రకృతిలోని మొక్కలు పెరిగే పద్దతిని గమనించండి. పరదేశానికి సంబంధించిన మొక్కలని మన దేశంలో పెంచాలంటే అవి ఎక్కడంటే అక్కడ పెరగవు. వాటికోసం ప్రత్యేకంగా "హాట్ హౌసెస్"ను నిర్మించాలి. సరయిన ఉష్ణోగ్రతను కలిగించాలి. ఆ మొక్కలు చాలా సున్నితంగా ఉంటాయి. సులభంగా

చనిపోతాయి. అయితే. బలవంతం మీద జరిగే ఈ మొక్కల అభివృద్ధి కూడా సహజంగా ఉండదు. ఈ హాట్ హౌసైస్ మొక్కలు బలంగా ఉండవు. వాటి మీద ఆశ పెట్టుకోవడానికి ఎక్కువగా వీలుండదు. ఎక్కడెక్కడి జబ్బులో వాటికి వస్తూంటాయి. సోలిపోతూ ఉంటాయి.

మీకు చక్కటి టెలీపతీ విద్యరావాలని మా అభిమతం, ఆకాంక్ష! అదే విధంగా మీకు యోగవిద్య అబ్బాలనీ మేము కోరుకుంటున్నాము. "ఓ సముద్రపు ఒడ్డు నుంచి బహూశా ఓ గులకరాయిని తీసి చేత్తో పట్టుకుని ఆ రాతిని గురించిన పూర్తి జ్ఞానాన్ని గ్రహించే శక్తి"ని మీరు పొందాలని అభిలషిస్తున్నాం. ఓ 'సైకోమెట్రిస్ట్' (psychometrist) ఈ విధంగా సముద్రం ఒడ్డు లోంచి అప్పటివరకూ ఎవరూ ముట్టుకోకుండా ఉన్న ఓ రాతిని చేతిలోకి తీసుకుని "అది మొదట ఎక్కడ ఎప్పుడు ఏ కొండ మీద ఏ బండలో ఓ భాగంగా ఉండేదో" చెప్పగలుగుతాడు. ఈ మాటలు అతిశయోక్తి కాదు. ఎలా చెయ్యాలో తెలుసుకుంటే సులభసాధ్యమే. కాబట్టి, వీటనన్నింటికీ తగిన గట్టి పునాదిని నిర్మించే ప్రయత్నాన్ని ఇప్పుడు మనం చేద్దాం - ఎందుకంటే, "ఇసుక నేల మీద ఇంటిని స్థిరంగా నిర్మించలేం" కనుక.

మనం "పునాదుల" గురించి మాట్లాడుకుంటున్న సమయంలో మొట్ట మొదటగా "శాంతం", "ప్రశాంతం" అనే రెండు రాళ్ళను ముఖ్యమైనవిగా గుర్తించి చెరో చివరా స్థిరంగా నిలబెట్టుకోవాలి. టెలిపతీ - యోగదృష్టి సాధించాలంటే శాంతి స్వభావం, ప్రశాంతమైన మనస్సూ ఉండితీరాలి లేకపోతే మొదటి తరగతిని కూడా దాటలేం.

మానవులు నిజానికి పరస్పర విరుద్ధాలైన స్వభావాల్తో ఉంటారు. మనచుట్టూ ఒకసారి గమనించి చూస్తే ఏదో మునిగిపోతున్నట్లు హడావిడి పడుతున్న, రివ్వున ఎటో కార్లలో దూసుకుపోతున్న, బస్సెక్కాలని పరుగులు పెడ్తున్న జనాలను చూడవచ్చు. షాపులు మూసేస్తారేమోననే కంగారుతో ఎగబడి సామాన్లు కొంటున్న జనాలని గమనించవచ్చు. మనం అందరం ఎప్పుడు గంటల్లా మ్రోగుతూనే ఉంటాం, బుసలు కొడుతూ, ఉడికిపోతూ ఉంటాం. క్రోధం తోనో కలత తోనో నిప్పులు చెరుగుతూ ఉంటాం. బుసలు

కొడుతూ ఉడికిపోతూ ఉంటాం. ఉత్తినే మన శరీరాలు ఉడుకెత్తి పోతూంటాయి, బిగదీసుకుని పోతూంటాయి. మనలో వొత్తిళ్ళు పెరిగిపోతూ ఉంటాయి. ఉన్నట్టుండి ఎప్పుడో పేలిపోతామేమోనని అనిపిస్తుంది. అవును, మీరు "ఏక్షణంలోనైనా పేలిపోయేట్టు" ఉంటారు. కానీ, ఇలాంటి లక్షణాల వల్ల మీకు ఏమీ ఒరగదు. అత్యంత గొప్పమైన విద్యల పరిశోధనకు ఈ స్వభావం ఎంత మాత్రమూ పనికిరాదు. ఇలాంటి అదుపులేని మస్తిష్కపు తరంగాలు బయటనుంచి వస్తున్న సంకేతాలని అందుకోలేవు. మన మనస్సు ప్రశాంతంగా ఉండి "ఓపెన్"గా ఉంటేనే అన్ని వైపుల నుంచీ, అన్ని చోట్ల నుంచీ వచ్చే సంకేతాలు మనకు అంది అర్థమయ్యే పరిస్థితి నెలకొంటుంది.

ఉరుములు, మెరుపుల్తో వర్షం పడ్తున్నప్పుడెప్పుడయినా మీరు రేడియో ప్రోగ్రాంలు విన్నారా? మీ ఇంటి బయట ఓ మూర్ఖుడు తన 'స్టార్ట్' కానని కారుతో కుస్తీపడుతూ ఉంటే మీ టి.వి. మీద గిల గిలా కొట్టుకునే మెరుపుల్ని మీరు గమనించే ఉంటారు కదా? వాతావరణం లోంచి వస్తున్న ఉరుము, స్థిర విద్యుత్ చప్పళ్ళ మధ్య మీరు రేడియోని వినడం అంత సులభం కాదు! షార్ట్‌వేవ్ రేడియో ప్రోగ్రాముల్ని వినేప్పుడు మనకు రకరకాల గోలలు అనుభవంలోకి వస్తాయి. స్వతఃస్సిద్ధంగా ప్రకృతి చేసే చప్పళ్ళూ, మానవుడు సృష్టించే భీభత్సాల ఉత్పాతాన్నీ రేడియోల్లో మనం వినొచ్చు. కార్‌స్టార్ట్ చేస్తే చప్పుడు వస్తుంది. మన ఫ్రిజ్‌లోని 'థెర్మోస్టాట్'లోని 'రిలే'లు టకటకా కొట్టుకుంటే రేడియోలో చప్పుడవుతుంది. లేకపోతే, ఏ గొడవా ఉండదను కున్నప్పుడు రేడియో పెడితే ఇంటి బయట ఎవడో మన కాల్ బెల్ స్విచ్‌తో ఆడుకుంటూ ఉంటాడు! వీటన్నింటితో మనం వేడెక్కిపోతూ ఉంటాం. ఎంత ధ్యాసపెట్టి విన్నా రేడియో లోంచి వచ్చే సందేశం మనకు చేరదు. మన మనస్సుల్లో ఇలాగేరేగే 'స్థిర విద్యుత్ చప్పళ్ళు' ఆగిపోతే గానీ మనకు టెలిపతీ విద్యలో అభివృద్ధి కనిపించదు. మానవుడి మెదడు పాడయిపోయిన కారు బ్యాటరీ కన్నా ఎక్కువ 'గోల'ను సృష్టిస్తుంది. ఈ మాట కూడా అతిశయోక్తిగా మీకు అనిపించవచ్చు. కానీ, మీ మానసిక శక్తులు కొంత వృద్ధి చెంది మీరు మనస్సు లగ్నం చేసేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు మేము "చెప్పాల్సిన మాటలకంటే తక్కువే" మీకు చెప్పినట్లు మీకు అర్థం అవుతుంది.

ఈ వ్యాసంగాన్నే ఇంకొంచెంసేపు పొడిగిద్దాం. ఎందుకంటే మనం ఏదయినా పనిని చేయబోయేముందే ఏం చేయాలో నిర్ణయించుకోవలసిన ఉంటుంది కాబట్టి. మనం ఆ పనుల్లో వచ్చే విఘ్నాల గురించి బాగా తెలుసుకోవాలి, లేకపోతే ఆ విఘ్నాలను అధిగమించలేం. ఈ విషయాన్నే మరో కోణంలోంచి ఆలోచిద్దాం. ఒక ఖండం నుంచి మరో ఖండంలోని మనిషితో మాట్లాడాలంటే సముద్రపు క్రింద నుంచి చేయబడిన ఓ చక్కటి 'కేబుల్' వ్యవస్థ ఉండాలి. ఉదాహరణకి, ఇంగ్లాండ్ నుంచి న్యూయార్క్ వరకూ ట్రాన్స్ - అట్లాంటిక్ టెలిఫోన్ లైన్ ఉంది. ఈ కేబుల్స్‌ను ఉపయోగించి మనం టెలిఫోన్లలో అవతల మనిషితో మాట్లాడ్తూ వుంటే మాటలు స్పష్టంగా రాకా, కలసిపోయి కొన్ని మాటలు అసలు వినపడకా మనం కాస్త తికమకపడినా మొత్తానికి మాట్లాడిన మాట పూర్తిగా అర్థం అవుతుంది. దురదృష్టవశత్తూ ఇలాంటి టెలిఫోన్ వ్యవస్థ ప్రపంచం మొత్తం మీద లేదు. కొన్ని ప్రదేశాల మధ్య టెలిఫోన్ కేబుల్స్ బదులు "రేడియో లింక్స్" అనబడే అనూహ్యమైన ఓ వ్యవస్థ ఉంది. ఉదాహరణకు, బ్యూనోస్ ఎయిర్స్ నుండి మాంట్రియల్ వరకూ ఉన్న రేడియో లింక్‌ను గమనించండి. ఈ భయంకర ఏర్పాటుకు 'టెలిఫోన్' అనే అత్యంత మర్యాదవాచక పదాన్ని వాడడానికి వీలులేదు. ఎందుకంటే, దీని ద్వారా మనం ఓ విషయాన్ని విని అర్థం చేసుకోవాలంటే ఓ "సహన పరీక్ష"లో పాల్గొన్నట్లే ఉంటుంది. మాటలు కొన్ని అర్థం కాని విధంగా కుంచించుకుపోయో వ్యాకోచించో శబ్దాలను చేస్తాయి. బొంగురు గొంతోలో కీచుగొంతులో ఎగిరిపోతాయి. మాటల్లో శ్రావ్యత లోపించి ఏ రోబో లాంటి యంత్రమో మాట్లాడుతున్నట్టు అనిపిస్తుంది. మన చెవుల్లోకి ఏం వస్తుందో అర్థం చేసుకోవడానికి మనచెవుల్ని ఇంకా ఇంకా రిక్కించాల్సి వస్తుంది. ఇంతకన్నా దరిద్రమైనది మరొకటి ఉంది ఇందులో. టెలిఫోను పట్టుకున్నంతసేపూ మనం ఏదో ఒకటి వాగుతూనే ఉండాలి. (మాట్లాడేందుకు విషయమేమీ లేకపోయినా సరే!) లేకపోతే 'సర్క్యూట్' మూసుకుపోతుంది! ఈ గొడవలన్నింటికీ తోడుగా ఇందాక మనం చర్చించుకున్న 'స్టాటిక్' చప్పళ్ళు ఉండనే ఉంటాయి. 'అయనీకరణం'

(ionization) చెందిన మబ్బుల, వాతవరణపు పొరలలో వక్రీభవనాలూ, పరావర్తనాలూ కలిగి సంకేతాలు పాడవుతూ ఉంటాయి. ఇదంతా ఎందుకు చెబుతున్నామంటే ప్రపంచంలోని అత్యంత సూక్ష్మమైన, శక్తివంతమైన పరికరాల్తో మనం ప్రయత్నిస్తూన్నా రేడియో టెలిఫోన్ల ద్వారా మన సంభాషణ 'తగలవచ్చు - తగలకపోవచ్చు' అనే పద్ధతిలోనే ఉంటుంది! ఎప్పడో తప్ప ఈ మాటలు తగలవు! రేడియో, టెలిఫోన్ల కంటే 'టెలిపతీ'యే సుఖప్రద మయిందని మా అనుభవం చెబుతోంది.

మీకు ఆశ్చర్యం కలుగుతూ ఉండవచ్చు-మేము రేడియో గురించీ, ఎలక్ట్రానిక్స్, ఎలక్ట్రిసిటీల గురించీ ఎప్పుడూ ఎందుకు వ్రాస్తూ వుంటామని? దీనికి సమాధానం మెదడులో, శరీరంలో విద్యుత్తు తయారవుతూ ఉంటుంది కాబట్టి, మెదడూ, శరీరంలోని అన్ని కండరాలూ క్రమపద్ధతిలో విద్యుత్తును ప్రసారం చేస్తూనే ఉంటాయి. మన శరీరానికి సంబంధించిన రేడియో ప్రోగ్రామ్‌లాగా దీన్ని అనుకోవచ్చు. మన శరీరం పనిచేసే పద్ధతి గురించి గానీ, యోగదృష్టి, సైకోమెట్రీ, టెలిపతీ లాంటి విద్యల్ని రేడియో, ఎలక్ట్రానిక్ విజ్ఞానంతో పోల్చి అధ్యయనం చేస్తే సులువుగా అర్థమవుతాయి. ఈ విద్యల గురించి అవగాహన మీకు సులువుగా ఏర్పడాలన్నదే మా ఆకాంక్ష అందువల్ల మిమ్మల్ని మేము కోరేది ఏమిటంటే-ఈ రేడియో, ఎలక్ట్రానిక్స్, విద్యుత్తుల విషయాల జ్ఞానాన్ని జాగ్రత్తగా అర్థం చేసుకోమని. ఎంత ఎక్కువగా రేడియో ఎలక్ట్రానిక్స్ విషయాలను అధ్యయనం చేస్తే అంత సులువుగా మీ మీ సాధనల్లో మీరు అభివృద్ధిని సాధించగలుగుతారు.

సున్నితంగా పనిచేసే యంత్రాలను కుదుపు నుంచి మనం కాపాడుతూ ఉండాలి. ఓ విలువైన టెలివిజన్ సెట్ మీద మీరు పిడిగుద్దులు కురిపించరు! ఓ చేతి గడియారాన్ని గోడకేసి కొడ్తూ ఉండరు! మన వద్ద అత్యంత సమర్థవంతంగా పనిచేసే ఓ రేడియో యంత్రం ఉంది. అదే మన "మెదడు", దీన్ని మనం జాగ్రత్తగా కాపాడుకోవాలి. తీవ్రమైన కుదుపులు (shocks) తగలకుండా కాపాడుకుంటూ ఉండాలి. మనం ఉద్వేగానికి లోనైనప్పడూ, నిరాశా నిస్పృహలకు లోనైనప్పడూ ఒక విధమైన తరంగాలని

మన మెదళ్ళో సృష్టిస్తూ ఉంటాం. అలాంటప్పుడు బయటినుంచి వస్తున్న తరంగాలు మనకు అందవు. కేవలం వృధా ప్రయత్నంతో కాలయాపన మాత్రం జరుగుతుంది. టెలిపతీ విద్యను సాధించడానికి మనం మొట్ట మొదటిసారి ప్రయత్నిస్తూ ఉన్నప్పుడు 'గొప్ప ఫలిత' మేదీ మనకు కనిపించదు. కాబట్టి, ఇప్పుడు ప్రశాంతంగా ఉండడం ఎలాగో నేర్చుకుందాం.

మనం ఆలోచించినప్పుడల్లా మన మెదడులో విద్యుత్తు తయారవు తుంది. బలమైన ప్రేరణ ఏదీ లేకుండా, ప్రశాంతంగా మన ఆలోచన సాగినప్పుడు పుట్టే విద్యుత్తు ఒకే విధమైన అనుకంపనా వేగంతో తరంగాల్లో హెచ్చు తగ్గులు లేకుండా సాఫీగా సాగుతూ ఉంటుంది. ఎప్పుడైన ఓ 'శిఖర కెరటం' ఎత్తు ఎక్కువైతే ఆ అలజడి కారణం మరేదో ఆలోచన సాఫీగా సాగే మన ఆలోచనలను భగ్నం చేస్తోందని అర్ధం చేసుకోవాలి. కాబట్టి, మనం మన మెదళ్ళలో సాగే రకరకాల సంకల్పాలూ భయాందోళనలూ మన ఏకాగ్రతను భగ్నం చేస్తాయని అర్ధం చేసుకోవాలి. కాబట్టి, మనం మన ఆలోచనాసరళిలోకి "భయమూ - నిరాశ"లను ఏ మాత్రం రానీయకూడదు.

అన్ని వేళల్లోనూ మనం ఆత్మసంయమనాన్ని పొంది ఉండాలి. ప్రశాంతంగా ఉండడాన్ని అలవాటు చేసుకోవాలి. బట్టల్ని వాషింగ్‌మెషిన్ ల్లోంచి తీసి బయట ఆరేయాలని అనుకుంటున్న సమయంలో, చేతుల నిండా నీళ్ళు ఓడుతున్న బట్టలు ఉన్నప్పుడు టెలిఫోను మ్రోగితే మనకు చిరాకు పుట్టుకు రావడం సహజమే. చాలా తక్కువ ధరతో ఓ కానుకతో బాటు వస్తువుల్ని అమ్ముతోంటే కొందామని హడావిడిగా షాపుకువెళ్తే, అప్పటికే అన్ని వస్తువుల్ని అమ్మివేయబడి ఉంటే మనకి ఉద్వేగం రావడం సహజమే. కానీ, ఇవన్నీ భౌతిక ప్రపంచానికి మాత్రమే సంబంధించినవని అర్ధం చేసుకోండి. శరీరాన్ని వదలిపెట్టి, ఈ భూమి వదలిపెట్టి వెళ్ళిపోయేటప్పుడు ఈ వస్తువులు ఏవీ మనకు పనికిరావనే సత్యాన్ని గ్రహించండి. భూమితో మన సంబంధం అంతమయ్యేనాటికి మనం వస్తువుల్ని "సూపర్‌బజార్లో కొంటున్నామా? లేక వీధి చివర్లో కొంటున్నామా?" అనే విషయానికి ఏ ఉపయోగమూ ఉండదని తెలుసుకోండి. ఈ మాటను మళ్ళీమళ్ళీ చెప్పకుందాం. (ఇంతవరకూ దీన్ని

మీరు చదివి ఉండకపోతే!) "ఈ జన్మ నుంచి ఇంకో జన్మలోనికి మనం ఒక్క పైసా డబ్బుల్ని కూడా తీసుకెళ్ళలేం; కానీ, మనం నేర్చుకున్న విద్యల, అనుభవాలసారం మాత్రం మనతోబాటు వస్తుంది." ఈ జ్ఞానమే మనకు ఇంకో జన్మ ఎలా ఉండాలో నిర్ణయింపబడే విధానానికి దోహదకారి అవుతుంది. కాబట్టి, ఏ జ్ఞానాన్ని మనం మనతో బాటు పట్టుకుని తీసుకెళ్ళగలుగుతామో ఆ జ్ఞానాన్నే ఇప్పుడు సంపాదించుకునే ప్రయత్నాన్ని చేద్దాం. ఇప్పటి ప్రజలందరూ డబ్బు పిచ్చి పెట్టుకునీ, వస్తు వ్యామోహం పెట్టుకునీ ఉన్నారు. కెనడా, అమెరికా సంయుక్త రాష్ట్రాల్లాంటి దేశాలు తప్పగా తాము "సంపన్నదేశాల" మనుకుంటున్నాయి. ఈ దేశాల్లోనే ప్రజలందరూ అప్పుల్లో మునిగి తేలుతున్నారు. ఫైనాన్స్ కంపెనీల నుంచి (ఇదివరకు "వడ్డీవ్యాపారులు" అనే పేరుండేది వీళ్ళకి. ఇప్పుడు మెరిసే క్రోమియమ్ బోర్డులను తగిలించుకుంటున్నారు) జనాల కందరికీ కొత్తకార్లు - కావాలి. అందరూ ఎప్పుడూ పరుగులు పెడుతూనే ఉంటారు. జీవితంలో ముఖ్యమైన వాటి గురించి ఆలోచించే సమయం దొరకనే దొరకదు వీళ్ళకి. అనవసరపు విషయాల వెనుక తిరుగుతూ ఉంటారు. మనకు పనికొచ్చేవి ఏమిటంటే మనం నేర్చుకున్నవే. ఇవే మన వెంట వస్తాయి. మనం పోయేప్పుడు మనతో బాటు తీసుకుపోలేని డబ్బులూ, వస్తువులూ (ఏవయినా ఉంటే) ఇల్లాంటి వన్నింటినీ ఇంకొకళ్ళు దుర్వినియోగం చెయ్యడానికీ, విచ్చలవిడిగా ఖర్చుచేయ్యడానికి వదలిపెట్టేసెయ్యాల్సి వస్తుంది! అందువల్ల, మనతో బాటు తీసుకెళ్ళేందుకు పనికొచ్చే జ్ఞానాన్ని మాత్రమే నేర్చుకుందాం.

ప్రశాంతతను పొందడానికి అత్యంత సులభపద్ధతి - "ఒకే విధమైన పద్ధతి క్రమంతో శ్వాసక్రియను జరపడం". చాలా మంది, దురదృష్టవశాత్తూ, గాలిని లోపలికి బలంగా లాక్కుంటూ, బయటికి ఊదుతూ శ్వాసక్రియను జరుపుతూంటారు. మెదడుకు ప్రాణవాయువు అందే అవకాశాన్ని ఇవ్వకుండా రొప్పుతూ ఉంటారు. సృష్టిలో గాలి చాలా తక్కువగా ఉన్నట్లు అనుకుంటారేమో గాలిని వేగంగా మింగుతూ బలంగా కక్కుతూ ఉంటారు. వాళ్ళు పీల్చే గాలి బాగా వేడిగా ఉన్నట్లు ఇలా అది లోపలికి వెళ్ళగానే, అలా దాన్ని బయటకు

తరిమేయాలని బెంగపెట్టుకుంటున్నట్లు ఆ పనిని చేస్తూ మళ్ళీ ఇంకో గుటకవేసేందుకు సిద్ధపడుతూంటారు.

మనం గాలిని నెమ్మదిగా గాఢంగా తీసుకోవడం నేర్చుకోవాలి. ఊపిరితిత్తుల్లో ఉన్న పాత గాలిని పూర్తిగా బయటకు పంపించెయ్యాలి. పై పైనే గాలి తీసుకుంటూ ఉంటే ఊపిరితిత్తుల్లో పాడయిపోయిన గాలి మిగిలిపోయే ఉంటుంది. ఊపిరితిత్తుల్లో గాలి ఎంత తిరుగుతుందో అంత బాగా మన మెదడు పనిచేస్తూ ఉంటుంది. మన జీవితం ఆక్సిజన్ మీదే ఆధారపడిఉంది. ముఖ్యంగా మన మెదడుకి చాలా ఆక్సిజన్ కావాలి. మెదడుకు ఆక్సిజన్ తగ్గిపోతే మనకు అలసిపోయినట్లు అనిపిస్తుంది. నిద్రపోవాలనిపిస్తుంది. మన పనుల వేగం తగ్గిపోతుంది, ఆఖరికి ఆలోచించడం కూడా కష్టమవుతుంది. కొన్ని సార్లు తీవ్రమైన తలనొప్పి ప్రారంభం కావచ్చు. అప్పుడు మనం బయటికి వెళ్లి కాస్త మంచి గాలిని పీల్చుకుంటే ఆ తలనొప్పి తగ్గిపోయి, మెదడుకు తగినంత ఆక్సిజన్ తప్పక అందాల్సిందేనని మనకు ఋజువవుతుంది.

క్రమపద్ధతిలో శ్వాస తీసుకుంటే కలతపడ్డ మనస్సు కుదుటపడుతుంది. మీకు ఎవరిమీదయినా పిచ్చికోపం వచ్చేసి వాళ్ళని 'చావగొడదా' మన్నంత ఉద్రేకంతో ఉన్నారనుకోండి. అట్లాంటప్పుడు అందుకు బదులుగా గాఢంగా ఓ సారి శ్వాస తీసుకోండి - ఎంత గాఢంగా తీసుకుంటే అంత మంచిది - తీసుకుని కొన్ని సెకండ్ల వరకూ ఆ శ్వాసను బిగబట్టి అటు తరువాత నెమ్మదిగా ఆ గాలిని విశ్వసించండి. ఈ విధంగా గాఢంగా ఊపిరి తీసుకుంటూ, కాసేపు లోపల నిలిపి ఉంచుతూ, నెమ్మదిగా వదిలి పెట్టేపనిని కొన్నిసార్లు మీరు చేస్తే మీరు ఎప్పుడూ ఊహించనంత త్వరలోనే ప్రశాంతతను పొందుతారు.

వేగంగా గాలిని తీసుకోవడం, వేగంగా గాలిని వదిలి పెట్టడం మానండి. నిదానంగా ఊపిరితీసుకుంటూ ప్రాణశక్తిమీలోకి వస్తున్నట్లు ఊహించండి. నిజంగా జరిగేది యిదే. ఇప్పుడు మేం చెప్పబోయే ఈ పద్ధతిని అభ్యసించి చూడండి మీరొమ్మును వీలయినంత లోపలికి తీసుకుని

మీ ఊపిరితిత్తులలోని గాలిని మొత్తం బయటికి తరిమేసే ప్రయత్నం చెయ్యండి. గాలి కోసం మీ నాలుక బయటకు పంపించేందుకు ప్రయత్నించండి. తరువాత సుమారు పది సెకండ్ల సమయంలో మీ ఊపిరితిత్తులను గాలితో పూర్తిగా నింపుకోండి. మీ రొమ్మును పూర్తిగా వ్యాకోచింపజేయండి. వీలయినంత అధిక మొత్తంలో మీ ఊపిరితిత్తులు నిండాలి. నిండాక, ఇంకొంచెం గాలిని లోపలికి త్రోసేందుకు ప్రయత్నించండి. లోపలికి తీసుకున్న గాలిని నెమ్మదిగా - సుమారు ఏడు సెకండ్ల సమయాన్ని తీసుకుని - బయటకు పంపించండి. గాలి పూర్తిగా వెళ్ళిపోవాలి. మీ కండరాలని లోపలికి కుంచింపజేసి మొత్తం గాలిని బయటకు తోసెయ్యాలి. ఈ విధంగా అరడజను సార్లు చేస్తే చాలా మంచిది. మీ అందోళనలూ, నిరాశా నిస్పృహాలూ అన్నీ ఎగిరిపోయి స్వస్థత చేకూరుతుంది. ప్రశాంతత నెలకొంటుంది.

మీరు ఏదయినా ఇంటర్వ్యూకు వెళ్లాలనుకోండి. మీరు ఉద్విగ్నంగా ఉండొచ్చు. ఈ ఇంటర్వ్యూలో విజయాన్ని సాధించడం మీకెంతో అవశ్యం కావచ్చు. ఒక పని చెయ్యండి. కొన్నిసార్లు గాఢంగా శ్వాస తీసుకుని వదిలిపెట్టండి నెమ్మదిగా పరుగెత్తుతున్న మీ 'పల్స్' (నాడికొట్టుకోవడం) వేగం తగ్గడం మీరు గమనించవచ్చు. క్షణాల్లో మీకు ప్రశాంతత ఏర్పడుతుంది. మీ ఆత్మవిశ్వాసం ఉప్పొంగుతుంది. విచారం, అందోళనా మాయమవుతాయి. మిమ్మల్ని ఇంటర్వ్యూ చేస్తున్నవాళ్ళు మీ ప్రశాంతతకూ, ఆత్మవిశ్వాసానికీ ముగ్ధులవక తప్పదు. ప్రయత్నించి చూడండి!

రోజుకి ఎన్నిసార్లు మనం కృంగిపోతూ ఉంటామో, ఎన్నిసార్లు కోపంతో రేగుతూ ఉంటామో గమనిస్తే దడపుట్టక మానదు. ఈ కోపతాపాలు మనకు ఎంతో హానిని కలిగిస్తాయి. 'నాగరికత' అనే మాట దాని వ్యతిరేక అర్థాన్నే మనకు నిరూపిస్తోంది. ఈ నాగరికతా బంధంలో మీరు ఎంతగా చిక్కుకుంటారో ప్రశాంతతను సాధించడం అంతగా కష్టమవుతుంది. పల్లెసీమల్లో నివసించేవాళ్ళు నగరాల్లో బ్రతికేవాళ్ళకన్నా చాలా ప్రశాంతంగా ఉంటారు. మన మనస్సుల్ని మనం అదుపులో ఉంచుకునే ప్రయత్నం

చెయ్యడం ఎంతో అవసరం. ఎప్పుడూ విసుక్కుంటూ ఉండేవాళ్ళలో, కోపం తెచ్చుకుంటూ ఉండేవాళ్ళలో జీర్ణరసాలు ఎక్కువగా స్రవించి వాటి సాంద్రత మరింత ఎక్కువై ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తాయి. ఈ జీర్ణరసాలు నిజానికి ఆమ్లాలు (Acids) . ఈ ఆమ్లాల శక్తి పెరిగేసరికి జీర్ణకోశపు రక్షణ పొరలను ఇవి కరిగించేస్తాయి. జీర్ణకోశంలో 'అల్సర్లు' వస్తాయి. బాధా, నిరాశా కూడా కలుగుతాయి. 'ఇర్రిటేషన్లు' ఎక్కువగా ఉన్నవాళ్ళకే ఈ 'కడుపులో పుళ్ళు' వస్తాయని డాక్టర్లు చెప్తున్నప్పుడు మీరు వినే వుంటారు. ఈ 'ఇర్రిటేషన్స్' గురించి ఆలోచిద్దాం. "వంటగ్యాస్‌కి డబ్బులు ఎక్కడ నుంచి పట్టుకు రావాలో" అని తలపట్టుకుని కూర్చోవచ్చు. ఎలక్ట్రిసిటీ డిపార్టుమెంటు నుంచి మీ కరెంటు మీటర్ని పరీక్షించడానికి వచ్చిన మనిషి మీ పనులు సాగకుండా 'నస' పెడ్తూ ఉండవచ్చు. "పోస్టులో దిక్కుమాలిన 'సర్కులర్లు' మనకే ఎందుకు వొస్తుంటాయి? వాళ్ళ దగ్గరే తగలబెట్టుకోవచ్చు కదా వాళ్ళు? మనదాకా ఎందుకూ?", ఇలాంటి గొడవల్ని మీ బుర్రలోకి ఎక్కించుకుని కలత చెందకండి. మీకు మీరే ఈ ప్రశ్న వేసుకోండి. "ఇంకో యాభైయ్యో, వందో సంవత్సరాల తరువాత ఈ గొడవలకు అర్థం ఏమయినా ఉంటుందా?" అని. మీ మనసు పాడయినప్పడల్లా, చింత మీకు పట్టుకున్నప్పడల్లా కోపతాపాలూ, ఉద్రేకాలూ, భంగపాట్లూ, కలిగినప్పడల్లా ఇలాంటి ఆలోచననే మీరు చెయ్యండి. - "ఈ గొడవలూ, ఈ చింతలన్నీ యాభైఏళ్ళ తరువాత కూడా ఇప్పటి ప్రాధాన్యతనే కలిగి ఉంటాయా? వీటి విలువ ఏమిటి?"

'నాగరికత' కూడా మన ఓర్పుకు ఓ పరీక్షే ప్రపంచంలోని అందరూ ప్రోగై మనలో అసహజమైన మానసిక అలజడులను కలిగిస్తూంటారు. మన మెదళ్ళలో అస్వాభావికమైన తరంగాల్ని రేకెత్తిస్తూ ఉంటారు. మన మెదళ్ళలో తయారయ్యే విద్యుత్తును ఎక్కువ చేస్తూ ఉంటారు. మామూలుగా ప్రశాంతంగా ఆలోచన సాగుతున్నప్పడు మన మెదళ్ళలో ఓ క్రమపద్ధతిలో, ఏ అలజడీ లేకుండా, ఒకే స్థాయిలో ఈ తరంగాలు బయల్వెడుతూ ఉంటాయి. కొన్ని యంత్రాల సహాయంతో డాక్టర్లూ, మనం కూడా వీటిని గమనించవచ్చు. మానసిక రుగ్మత ఏదైనా ఓ రోగికి వుందన్న అనుమానం

రాగానే డాక్టర్లు చేసే మొదటి పని ఇదే! ఓ పేపర్ రిబ్బన్ మీద ఈ రోగి మెదడు నుంచి వస్తున్న తరంగాలకు అనుగుణంగా తయారయ్యే ఓ గ్రాఫ్‌ను చిత్రించి ఆ 'గ్రాఫ్'ను పరీక్షిస్తూంటారు - సాధారణ మానవుడి గ్రాఫ్‌లతో పోల్చి ఓ జబ్బును ఆ రోగికి నిర్ధారిస్తారు. ఈ తరంగాల ఉద్విగ్నత తగ్గితే మానవుడికి సహజస్థితి (normalcy) నెలకొంటుందని ప్రాచ్యవైద్యులకు ఎప్పటినుంచో తెలుసు. ఎన్నో తంత్రాల ద్వారా ఓ మానసిక రోగిని, మామూలు మనిషిగా వాళ్ళు చేయగలిగి ఉండేవాళ్ళు.

స్త్రీలకు, ప్రత్యేకించి ఋతుక్రమం ఆగిపోతున్న సమయాల్లో, మానసిక తరంగాల నిర్మాణ, ప్రసార ప్రక్రియల్లో గణనీయమైన మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి. శరీరంలోని కొన్ని గ్రంథుల్లోంచి స్రవించే రసాయనాలు పూర్తిగా ఆగిపోవడం గానీ, దారి మళ్ళింపు ద్వారా గానీ, కొన్ని శారీరక మార్పులతో బాటు మానసిక ప్రవృత్తిలో కూడా మార్పు చోటుచేసుకోవచ్చు. ఇంకొకళ్ళ మాటలను విని తమ జీవితంలో ఘోరమైన మార్పు జరగబోతూ ఉందని కొందరు "గోరంతని కొండంత"గా ఊహించి తీవ్రంగా ఆలోచించి, ఆలోచించి నిజం చేసుకుని జీవితాన్ని తమ చేతుల్తో తామే పాడు చేసుకుంటారు. సరియైన అవగాహన ఉంటే ఏ ఉపద్రవాలూ జరుగవు. "హిస్టెరెక్టమీ" ఆపరేషను చేయించుకున్న కొందరు స్త్రీల పరిస్థితి ఇంకా దురదృష్టకరంగా ఉంటుంది. స్త్రీలకు బలవంతంగా ఋతుక్రమాన్ని పాడు చేసే ఓ పద్ధతే ఈ ఆపరేషను. స్త్రీలకు ఏదో జబ్బో మరో బలవంతమైన కారణమో ఉంటే తప్ప ఈ శస్త్రచికిత్స చెయ్యరనుకోండి. కానీ, జరిగే ఫలితం ఇంకోరకంగా పరిణమిస్తుంది. ఆ స్త్రీ మెదడులో ఓ తుఫాను రేగుతుంది. కొంతమందికి మనఃస్థిమితం కూడా తప్పవచ్చు. తగిన పద్ధతిలో వైద్యమూ, తగినంత సానుభూతీ వుంటేనే అలాంటి దీనురాళ్ళకు స్వస్థత చేకూరుతుంది. శరీరంలో విద్యుత్తు పుడుతూ ఉంటుందని గుర్తుచేయడానికే ఇదంతా చెప్పవలసి వచ్చింది. ఈ శరీరపు యంత్రం నుంచి విద్యుత్తు ఒకే స్థాయిలో స్థిరంగా తయారవుతున్నప్పడు మనం శాంతంగా, ప్రశాంతంగా ఉంటాయి. చింతల, కోపతాపాల వల్ల ఈ విద్యుత్తులో తేడాలు ఏర్పడినా, మన ప్రశాంతత

తాత్కాలికంగా దెబ్బతిన్నా, మళ్ళీ ఈ విద్యుత్తు సరిగ్గా పునరుద్ధరింప బడుతుందనీ, మనకు స్వస్థత కలుగుతుందనీ మనం గ్రహించాలి.

మనం మళ్ళీ ఒకసారి మన - "యాభయ్యో, వందో సంవత్సరాలత తరువాత" కాలం గురించి ఆలోచిద్దాం. మీరు ఎవరికైన మేలు చేస్తే ఆ మేలు యాభయ్యో వందో సంవత్సరాల తరువాత కూడా నిలబడే వుంటుంది; "ఇంకో మనిషి దృక్పథాన్ని మీరు సన్మపథంలో నిలబెట్టారు" గనుక. ఓ మనిషిని మీరు పాడుచేస్తే ఆ వ్యక్తి దృక్పథంలో మార్పు యభై సంవత్సరాల కాలం తరువాత కూడా పాడయ్యే ఉంటుంది. ఇంకొన్నాళ్ళకు, మీరు ఎంత మేలు చేస్తే మీకు అంత మేలు జరుగుతుంది. ధర్మసూక్ష్మం, నిగూఢ జ్ఞానం ఏమిటంటే, "ఇస్తే తప్ప పుచ్చుకోలేరు" అని. మీరు ఇవ్వగలిగింది - డబ్బులైనా సరే, వాటినే మళ్ళీ మీరు స్వీకరించగలుగుతారు. ఏం ఇచ్చినా, ఏం పుచ్చుకున్నా సమయం వచ్చినప్పుడు ప్రతిదానికీ తగిన మూల్యాన్ని చెల్లించవలసి ఉంటుంది. ఈ విషయాన్ని గురించి ఇప్పుడు కాదు - తరువాత ఇంకో పాఠంలో - మనం కర్మసిద్ధాంతం గురించి చర్చించుకున్నప్పుడు - మరింత స్పష్టంగా, వివరంగా తెలుసుకుందాం.

శాంతంగా ఉండడం మాత్రం మరువకండి. ప్రశాంతత్వాన్ని సాధించడం మరువకండి. మనం వల్లించుకునే ఆంక్షలూ, అడ్డంపడే గాడిదల్లాంటి ఆడ్డంకులూ ఇవన్నీ కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత నిజానికి ఏ మాత్రం లెక్కలోకి రావని అర్థం చేసుకోండి. "చిన్న చిన్న ముళ్ళ గుచ్చుకున్నట్లు"గా వీటిని గ్రహించండి. చిన్ని చిన్ని చికాకు పుట్టించే విషయాలలాగే ఇవీ మాయమైపోతాయి కొంతకాలానికి. ఈ చిన్ని చిన్ని ఇబ్బందుల్ని అవి ఎక్కడ ఉండాలో అక్కడే ఉంచండి. మీ మనస్సులో శాంతి నిండాలంటే, ప్రశాంతత పెంపొందాలంటే ఇదంతా మీరు గుర్తుంచు కోవాల్సిందే. అంతేకాక, మీరు చెయ్యాల్సిందల్లా కేవలం ఎరుకతో గాలి పీల్చుకోవడమే. మీ మెదడుకు కావలసినంత ఆక్సిజన్ అందజేయగలిగితే చాలు. ఈ చిన్ని చిన్ని ఇబ్బందులన్నీ యాభైఏళ్ళ తరువాత ఏ మాత్రం లెక్కకురావని తెలుసుకోండి. ఈ ప్రస్తుతపు కట్టుబాట్లకు నిజంగా ఎలాంటి ప్రాముఖ్యతా లేదని మీకు అర్థమవుతుంది.

మనం ఎక్కడికి చేరుతున్నామో అర్థమయిందా? మనం ఊహించుకునే ఉపద్రవాలేవీ నిజానికి జరుగవని మీకు అర్థమయ్యేలా చెయ్యడానికే! ఏ విషయమో మనల్ని బెదిరిస్తూ ఉంటుంది. ఏదో కీడు నాటిల్లుతుందని మనకు అనిపిస్తూ ఉంటుంది. వెర్రిగా ఆవేశాలతో మనల్ని మనమే భయపెట్టేసుకుంటాం. నిజంగా మనం ఎక్కడున్నామో తెలియని పరిస్థితిలలో అల్లల్లాడుతూ ఉంటాం. ఇదంతా అయ్యాక మన భయాలకు అర్థమే లేదని మనకు అర్థమవుతుంది. మనం భయపడ్డవి ఒక్కటీ జరుగవు! మనం ఉట్టిపుణ్యానికి భయపడినట్లు అర్థమవుతుంది. ఎంతో "ఎడ్రీనలిన్" మనలో పనిచేస్తూ మనల్ని ఉరుకలెత్తిస్తూ ఉంటుంది. చివరికి నీరసపడిపోతూ బహూశా వణుకుతూ ఉంటాం. ప్రపంచంలో చాలా గొప్ప వాళ్ళు చెప్పిన మాట ఏమిటంటే తాము ఎంతో భయపడ్డవేవీ వాస్తవంలో జరగలేదనీ, తాము అనవసరంగా వాటి గురించి 'వర్రీ' అయ్యామనీ, కాలాన్ని వృథా చేసు కున్నామనీ! మీరు ఇబ్బందిలో ఉంటే మీకు ప్రశాంతత ఎక్కడుంటుంది? మీరు అల్లకల్లోలంతో ఉంటే మీకు శాంతి ఉండే అవకాశమే ఉండదు. ఇలాంటి స్థితిలో 'టెలిపతిక్' సంకేతాలని మీరు గ్రహించే మాట అటుంచి మీరే ఓ రేడియో స్టేషన్‌లాగా గోలనీ, మీ గజిబిజి ఆలోచనలనీ, మీ నిరాశా నిస్పృహల్నీ ప్రసారం చేస్తూ ఉంటారు. ఇలాంటి మీ ప్రసారాల వల్ల ఇంకొకళ్ళకి అందాల్సిన సంకేతాలు కూడా అందకుండా పోతాయి, కాబట్టి, మీకోసం, మీ చుట్టుప్రక్కల వాళ్ళకోసం కూడా శాంతంగా, ప్రశాంతంగా ఉండడం అభ్యాసం చెయ్యాలి. మీకు వస్తున్న చిన్ని చిన్ని అడ్డంకుల్ని చిన్ని చిన్ని ప్రతిబంధకాలుగానే భావించాలి. మిమ్మల్ని పరీక్షించేందుకే అవి వస్తున్నాయని మీరు తెలుసుకోవాలి.

ప్రశాంతతను అభ్యసించండి. మీ కష్టాలను సరయిన దృక్పథంతో చూడడాన్ని అభ్యసించండి. ఈ రాత్రికి సినిమాకు వెళ్ళకుండా ఉండడం 'హింస' లాగే మీకు అనిపించవచ్చు. పైగా ఈ రోజే ఆ సినిమా నడిచే ఆఖరి రోజు కావడం దుర్భరం! కానీ, ఇదే మీ ప్రపంచాన్ని దద్దరిల్లజేసేంతటి ముఖ్యమైన విషయం మాత్రం కాదు. మీరు జ్ఞానార్జన చేయడమే ముఖ్యం,

మీరు అభివృద్ధి చెందటమే ముఖ్యం. ఎంత నేర్చుకుంటే అంత జ్ఞానాన్ని మీతో బాటు ఇంకో జన్మలోకి తీసుకెళ్ళవచ్చు. ఎంత ఎక్కువ జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకుంటే దుఃఖపూరితమైన ఈ భూమి మీదకు రావాల్సిన జన్మల సంఖ్యను అంత గణనీయంగా తగ్గించుకోవచ్చు.

మా సలహా ఏమిటంటే సుఖంగా పడుకుని రిలాక్స్‌కండి. పడుకుని ఇబ్బందిలేకుండా ఏ కండరాల్లోనూ టెన్షను లేకుండా సర్దుకోండి. తేలికగా చేతుల్ని కట్టుకుని గాఢంగా క్రమపద్ధతిలో శ్వాసక్రియను నిర్వహించండి. శ్వాసతో బాటు తాదాత్మ్యం చెందే విధంగా "శాంతి.... శాంతి.... శాంతి" అని మనస్సులో అనుకుంటూ ఉండండి. ఈ విధంగా అభ్యసించడాన్ని సాగిస్తూ ఉంటే నిజంగానే దైవికంగా మీ మీదకు శాంతి ప్రసరించడాన్ని మీరు గమనించవచ్చు. మళ్ళీ అసంబద్ధమైన ఆలోచనలు అపశృతీ ఎప్పుడూ మీ ఆలోచనలలో దొర్లకుండా చూసుకోండి. మీ ఆలోచనలు ఎప్పుడూ శాంతి మీదా, ప్రశాంతత మీదా, సుఖం మీదా మాత్రమే పరిభ్రమిస్తూ ఉండాలి. శాంతి కోసం ఆలోచన చేస్తే శాంతే మీకు లభిస్తుంది సుఖం గురించి మీరు ఆలోచిస్తే సుఖం మీకు లభిస్తుంది. ఈ పాఠాన్ని ముగించే ముందు ఓ మాటని మేము మీకు చెప్పదలచాం. అందరూ తమకున్న ఇరవై నాలుగుగంటల సమయంలో కేవలం ఓ పదినిమిషాల సమయాన్ని ఈ శాంతి సాధన కోసం కేటాయించుకోగలిగితే, ఈ భూమ్మీద డాక్టర్లు అందరూ నిరుద్యోగులైపోతారు! వాళ్ళు నయం చెయ్యడానికి భూమి మీద జబ్బులేవీ ఉండవు కనుక!

ఇరవై ఒకటవ పాఠం

టెలీపతీ

ఈ పాఠంలో మనం అందరికీ ఇష్టమైన 'టెలీపతీ' (భావగ్రాహక ప్రసారణ విద్య)ను గురించి నేర్చుకోబోతున్నాం. రేడియో తరంగాలకూ మానవ మస్తిష్కం నుంచి వెలువడే తరంగాలకూ పోలిక గురించి మేము మరీ మరీ ఎందుకు రెట్టించి చెబుతున్నామనే అంశం మీకు ఆశ్చర్యాన్ని కలిగిస్తూ ఉండొచ్చు. దీన్ని గురించిన విషయాల గురించి ఈ పాఠంలో మీకు అందే జ్ఞానం వల్ల మీకు పరిపూర్ణ జ్ఞాన అవబోధ, వివేకమూ కలుగుతాయని మేము ఆశిస్తున్నాం. తొమ్మిదవ చిత్రాన్ని మేము "ప్రశాంతంగా ఉండే శిరస్సు"గా అభివర్ణిస్తున్నాం. దీనిని "ప్రశాంతంగా ఉండే" అనే గుణంతో మేము ఎందుకు జత గలుపుతున్నామంటే అలాంటి స్థితి నెలకొంటే తప్ప టెలీపతీ గానీ, యోగదృష్టి గానీ, సైకోమెట్రీ గానీ - ఈ విద్యలేవీ మనం సాధించడం అసాధ్యం కాబట్టి, అంచేతే ఈ విషయాల గురించి ఇంతకు ముందు పాఠంలో ('అసహ్యం పుట్టేంతవరకూ' అనుకుంటున్నారా?) మనం చర్చించుకున్నాం. మనతో మనం స్వాంతనతో ఉంటే తప్ప అభివృద్ధిని సాధించలేం.

ఈ ఉదాహరణని గమనించండి. ఓ బాయిలర్ ఫ్యాక్టరీ ప్రక్కనే వమీ ఇల్లుంటే శ్రావ్యమైన సంగీత మాధుర్యాన్ని మీరు ఆస్వాదించగలరా? పిచ్చి గంతులు వేస్తూ గొంతులు చించుకుంటూ పాటలు పాడుతున్న గుంపుల గోల మధ్య రేడియోలో నుంచి వచ్చే శాస్త్రీయ సంగీతాన్నో, మరో మీకు

నచ్చే సంగీతాన్నో మీరు వినగలరా? ఊహు! వీలుకాదు. మీరు రేడియోనైనా కట్టేస్తారు, లేదా అందర్నీ "నోర్లు మూసుకోండి" అనైనా చెబుతారు!

ఈ 'ప్రశాంతంగా ఉండే శిరస్సు' చిత్రాన్ని మీరు పరికిస్తే అందులో మీ తలలో వివిధ "గ్రాహకాలు" ఉన్నట్లు అర్థం చేసుకోగలుగుతారు. మీ శిరస్సులో "గ్రాహకాలు" ఉన్నట్లు అర్థం చేసుకోగలుగుతారు. మీ శిరస్సులో "హేలో" (ఆరా-లేక దివ్యప్రకాశం) కనిపించే ప్రదేశం దగ్గర్లోనే 'టెలిపతీ'కి సంబంధించిన తరంగాల్ని గ్రహించగలిగే ప్రదేశం ఉన్నట్లు మీరు గమనించవచ్చు. మిగతా తరంగాలు పరిజ్ఞానం గురించి మరోసారి మాట్లాడుకుందాం. ప్రస్తుతానికి 'టెలిపతీ' గురించిన చర్చను సాగిద్దాం. మనం ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడు మనకు ఎన్నో 'స్పందనలు' అనుభవంలోకి వస్తాయి. ఈ 'స్పందనలు' అన్నీ ఇతరుల మస్తిష్కాల్లోంచి విడుదలై ప్రసారమవుతున్న రేడియో తరంగాల వంటి తరంగాల వంటివేనని మీరు అర్థం చేసుకోవాలి. ఈ తరంగాల్ని మన టెలిపతిక్ గ్రాహకాలు గ్రహించగలుగుతాయి. వాటికోసం ఎదురు చూస్తున్న మెదడు సంకేతాలను అవి అందించగలుగుతాయి. చాలామందికి ముందుగా జరుగబోయే విషయాల గురించిన జ్ఞానం ఉంటుంది. ఏదో జరుగబోయేట్టూ, అందుకు తగిన విధంగా తాము ఏ చర్య తీసుకోవాలో కూడా చాలామందికి చాలా సమయాల్లో ముందుగానే తెలుస్తూ ఉంటుంది. ఈ జ్ఞానాన్ని గురించి అంతగా తెలియని వాళ్ళు దీన్ని ఓ "అనుభూతి" గానే అనుకున్నా, నిజానికి ఇది మన అచేతన మస్తిష్కం, మరి ఇంకొకళ్ళ అచేతన మస్తిష్కం మధ్య జరిగే మానసిక రేడియో ప్రసారాల ఫలితమేననీ - అచేతనంగా చేసే "టెలిపతీ" యేననీ మనం గ్రహించాలి.

"సహజ అవబోధన" (intuition) కూడా ఇలాంటిదే. స్త్రీలకు పురుషులకన్నా ఎక్కువ సహజ అవబోధన ఉంటుంది. తమ అతివాగుడును అదుపుచేసుకోగలిగితే పురుషుల కన్నా స్త్రీలకే ఈ "సహజ అవబోధన" ఎక్కువగా సిద్ధిస్తుంది. 'టెలిపతీ' శక్తి సాధారణ మానవుడికన్నా స్త్రీకే ఎక్కువగా ఉంటుంది. స్త్రీల మెదళ్ళు పురుషుల మెదళ్ళ కన్నా చిన్నవిగా ఉంటాయని చెప్తూంటారు. కానీ, ఇవేవీ నిజమైన అభ్యంతరాలూ ప్రతిబంధకాలూ కావు.

మెదడు పరిమాణాల గురించీ, తెలివి గురించీ రెండింటి మధ్య సంబంధం గురించీ పనికిరాని చెత్త విషయాలు వ్రాయబడ్డాయి. ఆ మాటలన్నీ సత్యాలయితే, మానవులకంటే ఏనుగులకే ఎక్కువ తెలివితేటలు ఉండాలి! ఓ స్త్రీ మెదడు లోపలికి వచ్చే తరంగాలతో సులభంగా అనుసంధానం చెంది ప్రతిస్పందిస్తుంది. రేడియో పరిజ్ఞానంతో ఈ మాటని చెప్పాలంటే, - పురుషుడి మెదడుకంటే బాగా - "ట్యూన్" చెయ్యడానికి వీలయిన రేడియోనే ఈ స్త్రీ మెదడు. ఈ విషయం నచ్చితే సులభంగా అర్థం చేసుకోవడానికి ఈ ఉదాహరణ సహాయకారి అవుతుంది - మీకు ఈ ఉదాహరణ నచ్చితే. పాతకాలపు రేడియోలను మీరు ఉపయోగించి ఉన్నారా? ఈ వాల్వ్ రేడియో కొత్తగా మార్కెట్‌లోకి వచ్చిన రోజుల్లో వాల్వుల ఫిలమెంట్లలోకి సరియైన 'ఓల్టేజీ' వచ్చేలా ముందు ఓ అమరిక చేయాల్సి వచ్చేది. నెమ్మదిగా తిరిగే "ట్యూనింగు" మీటలను (Knobs) ఓర్పుతో తిప్పవలసి వచ్చేది. రేడియో లోపలి తీగచుట్టల్ని కూడా బహూశా కదలించవలసి వచ్చేది. వీటన్నింటితోబాటు 'వాల్యూమ్ కంట్రోల్' ఉండనే వుంది. ఎంతో కుస్తీ పడితే తప్ప ఓ లోకల్ స్టేషన్ లోంచి వస్తున్న ప్రసారాల్ని ఈ వాల్వ్‌రేడియోలతో ట్యూన్ చెయ్యడం సాధ్యం అయ్యేది కాదు. ఇప్పటి కొత్త ట్రాన్సిస్టర్ రేడియోలతో దీన్ని పోల్చి చూడండి. జేబులోంచి ఓ చిన్న రేడియోను బయటకి తీసి - 'ఆన్' చేసి, ఒక్క వ్రేలితోనే ఓ చిన్ని చక్రాన్ని తిప్పతూ, ప్రపంచం అవతలివైపు ఉన్న ఓ స్టేషన్‌ని సులభంగా ట్యూన్ చేసుకోవచ్చు. ఓ స్త్రీ మనస్సును ఈ ట్రాన్సిస్టర్ రేడియోతో పోల్చవచ్చు. ఓ స్త్రీ మెదడు చాలా సులభంగా 'ట్యూన్' అవుతుంది.

ఇక్కడ మనం కవలపిల్లల గురించి కూడా ఓ మాట చెప్పకోవాలి. కవల పిల్లలు ఎంతో దూరంలో విడివిడిగా ఉన్నా, ఇద్దరి మధ్యా మానసికంగా ఓ బలమైన సంబంధం ఏర్పడి ఉందని మనకు తెలుస్తోంది. ఈ కవలల్లో ఒకడు ఉత్తర అమెరికాలోనూ, ఇంకొకడు దక్షిణ అమెరికాలోనూ ఉన్న ఆఇద్దరికీ ఒకే విధమైన అనుభవాలు కలుగుతున్నట్టూ ఇద్దరికీ రెండోవాడు ఏం చేస్తున్నాడో స్పష్టంగా తెలిసిపోతున్నట్లూ వచ్చే అనేక వార్తలని మనం ఎన్నో సార్లు వార్తాపత్రికల్లో చదివే ఉంటాం. ఈ చోద్యాలకి కారణం ఏమిటంటే

ఈ కవలలు ఇద్దరూ ఒకే జీవకణం నుంచీ, ఒకే అండం నుంచీ ఉద్భవించిన వాళ్ళు కాబట్టి, ఇద్దరి మెదళ్ళు చక్కగా ట్యూన్ చేయబడ్డ ఓ జత రేడియో-ప్రసార, గ్రాహక - యంత్రాల్లాంటివి కాబట్టి. ఈ శక్తి ఉన్నట్లు ఆ కవలలకి తెలియకపోయినా ఇద్దరి మీదా ఇది పనిచేస్తూనే ఉంటుంది.

ఈ "టెలీపతీ"ని ఎలా సాధించాలో తెలుసుకోవాలని మీకు చాలా కుతూహలంగా ఉండవచ్చు. "విశ్వాసమూ", "అభ్యాసమూ" ఈ రెండింటి ఆచరణ ద్వారా మీరు ఈ శక్తిని సాధించవచ్చు. కానీ, మీకు ఎంత విశ్వాసం ఉన్నా ఎంత గొప్పగా సాధన చేసినా ఈ శక్తికి ప్రశాంతత్వమనే మీ స్నేహితుడు తోడుగా ఉండకపోతే సాధించడం అసాధ్యం! అత్యుత్తమమైన సాధనా పద్ధతి ఏమిటంటే;

ఒకటి రెండు రోజుల పాటు మీకు మీరే చెప్పకుంటూ ఉండండి - ఫలానా రోజు', 'ఫలానా సమయం' నుంచీ బయట నుంచి వచ్చే సంకేతాలను మీ మెదడు గ్రహించే శక్తిని పొందగలదనీ, మొదట్లో సామాన్యమైన స్పందనలనూ, తరువాత స్పష్టమైన టెలీపతిక్ సంకేతాలనూ మీ మెదడు గ్రహించి అర్థం చేసుకోగలదనీ - ఈ మాటను మళ్ళీ చెప్పకుంటూ ఉండండి. అనేక సార్లు పునశ్చరణ చేస్తూ ఉండండి. విజయం మిమ్మల్ని తప్పక వరిస్తుందని చెప్పకోండి.

ముందుగా నిర్ణయించుకున్న రోజున - సాయంత్రం అయితే మరీ మంచిది - మీరు మీ గదిలోకి వెళ్ళిపోండి. దీపాలకాంతి తక్కువగా ఉండేట్టు చూసుకోండి. మీరు స్వస్థులుగా ఉండడం ముఖ్యం. మీకు అత్యంత సుఖప్రదంగా ఉండే స్థితిలోకి వాలిపోయి సర్దుకోండి. మీకు అత్యంత ప్రియులైన వ్యక్తి ఫోటోను మీ చేత్తో పట్టుకోండి. మీ వెనుక తగినంత వెలుతురును ఈ ఫోటో మీదకు ప్రసరింపజేయగల ఏ దీపమైన ఉండాలి. కొన్నిమార్లు గాఢంగా శ్వాస తీసుకోండి. బయటి ఆలోచనలను అన్నింటినీ బహిష్కరించండి. మీ చేతిలో ఉన్న ఫోటోలోని వ్యక్తిని గురించి ఆలోచించండి. ఫోటోను చూడండి. ఆ వ్యక్తి మీ ఎదురుగా సాక్షాత్కరించినట్లు, మీ ఎదురుగా నిలబడి ఉన్నట్లు ఊహించండి. ఈ వ్యక్తి మీకు

ఏం చెప్తున్నాడు? మీ జవాబు ఏమిటి? మీ ఆలోచనలను కట్టుదిట్టం చేసుకోండి. "నాతో మాట్లాడు - నాతో మాట్లాడు" అని మీరు ఇష్టమైతే అనుకోవచ్చు. అలా అనుకుని జవాబు కోసం నిరీక్షించాలి. తగినంత ప్రశాంతత మీలో నెలకొని ఉంటే, మీ విశ్వాసం సుస్థిరమై ఉంటే, మీ మెదడులో కొన్ని ప్రకంపనలను మీరు గుర్తించగలరు. మొదట్లో ఈ చిన్ని కదలికలను ఓ ఊహగా మీరు కొట్టిపారేయవచ్చు - కానీ ఇది "ఊహ"కాదనీ, సత్యమేననీ గ్రహించండి. దీన్ని ఊహగా మీరు కొట్టిపడేస్తే టెలీపతీ శక్తిని కూడా కొట్టిపడేసినట్లే, దాన్ని పరిత్యజించినట్లే లెక్క.

ఈ శక్తిని సాధించడానికి చాలా సులభమైన మార్గం ఏమిటంటే, మీకు బాగా తెలిసిన వ్యక్తితో, అత్యంత ఆత్మీయుడైన వ్యక్తితో కలిసి పనిచేయడం, మీరిద్దరూ కలిసి ఓసారి ఈ టెలీపతీ గురించి మట్లాడుకుని ఓ నిర్ణయానికి రావాలి. 'ఫలానా రోజు', 'ఫలానా సాయంత్రం', 'ఫలానా సమయానికి' ఇద్దరూ స్థిమితంగా కూచుని టెలీపతీ ద్వారా సంభాషణ చెయ్యడానికి సంసిద్ధులై ఉంటామనీ, ప్రయత్నిస్తామనీ, అదే సమయానికి, సరిగ్గా మీరు మీ మీ గదుల్లోకి వెళ్ళిపోయి ఉండాలి. మీ ఇద్దరి మధ్యా ఎంత దూరం ఉన్నా పర్వాలేదు. దూరం సమస్యే కాదు. మీ ఇద్దరి మధ్యా ఓ ఖండాంతర దూరం ఉండొచ్చు. కానీ ఒక్క విషయాన్ని మాత్రం బాగా గుర్తుంచుకోవల్సి ఉంటుంది. మీరు నిర్ణయించే సమయం ఒక్కో ఖండంలో ఒక్కో రకంగా ఉండవచ్చు. ఉదాహరణకు - న్యూయార్క్ టైం కన్నా బ్యూనోస్ ఎయిర్స్‌లో సమయం ఓ రెండు గంటలు ముందు ఉండవచ్చు. ఈ సమయాల్లో బేధాన్ని మీరు గుర్తించి సరయిన సవరణలు మీ వాచీల్లో చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. మీ ఇద్దరిలో ఎవరు ఆలోచనలను "ప్రసారం" చెయ్యాలో - ఎవరు వాటిని 'గ్రహించాల్సి' ఉంటుందో స్పష్టంగా నిర్ణయించుకోవాలి. మీ గడియారాల్ని "గ్రీన్‌విచ్" టైంనే పెట్టుకుని ఉంటే మీ ప్రయోగం సరియైన సమయంలోనే నడుస్తుంది. ఇలాంటి 'సవరణ' వల్ల సమయం గురించిన 'తికమక' మీకు ఉండదు. ఇద్దరి గడియారాల్లోనూ ఈ గ్రీన్‌విచ్ సమయమే నడుస్తూ ఉన్నప్పడు ముందు పది నిమిషాల పాటు

మీరు మీ ఆలోచనలను "ప్రసారం" చెయ్యాలో - ఎవరు వాటిని 'గ్రహించాల్సి' ఉంటుందో స్పష్టంగా నిర్ణయించుకోవాలి. మీ గడియారాల్ని "గ్రీన్‌విచ్" టైంనే పెట్టుకుని ఉంటే మీ ప్రయోగం సరియైన సమయంలోనే నడుస్తుంది. ఇలాంటి 'సవరణ' వల్ల సమయం గురించిన 'తికమక' మీకు ఉండదు. ఇద్దరి గడియారాల్లోనూ ఈ గ్రీన్‌విచ్ సమయమే నడుస్తూ ఉన్నప్పడు ముందు పది నిమిషాల పాటు మీరు మీ ఆలోచనలను "ప్రసారం" చేస్తే మీ స్నేహితుడు ఆ పదినిముషాల్లో వాటిని గ్రహించేట్టూ, ఆ తరువాత పదినిమిషాల పాటు మీ స్నేహితుడు తన "ప్రసారాలను" పంపిస్తూంటే ఆ పదినిముషాల సమయంలో మీరు ఆ ప్రసారాలను "అందుకుని" అర్థం చేసుకోగలిగేట్టూ ముందుగా నిర్ణయించి ఏర్పరచుకోవవాలి. ఖచ్చితమైన సమయపాలనతో దీన్ని నిర్వర్తించాలి. ఇలాంటి సాధన మీ ఇద్దరూ కలిసి ప్రారంభించగానే మొదటి రెండు మూడుసార్లు మీకు ఏ ఫలితాలు కలుగకపోవచ్చు. కానీ, సాధన వల్ల త్వరలోనే ఈ శక్తిని మీరు సాధించ గలుగుతారు. మొదటిసారి లేచి నిలబడ్డ పాపాయి వెంటనే ఎలా నడవలేక పోతుందో, అనేకసార్లు క్రిందపడి లేస్తూ నిలదొక్కుకున్నాకే 'నడక' ఎలా సాగిస్తుందో, అలాగే మీ సాధన కూడా మొదటిసారే విజయవంతం కాకపోవచ్చు. మళ్ళీ, "సాధన వల్లనే సిద్ధిపొందవచ్చు"ననే విషయాన్ని మరువకండి. అనేకసార్లు ఒకే పనిని చేస్తూ పోతే చివరికి, ఆ పని సక్రమంగా జరిగి తీరుతుంది.

మీ స్నేహితుడికి ఓ ఆలోచనను పంపగలిగి, అతడి వద్ద నుంచి వస్తూన్న ఓ ఆలోచనను మీర గ్రహించగలిగితే "టెలిపతిక్"గా మీరు అందరి ఆలోచనలనూ గ్రహింపగల స్థితికి ఎదుగుతున్నట్టేనని గ్రహించండి. అయితే, ఒక్క విషయం. ఇంకొకళ్ళ ఆలోచనలను గమనించగలిగే స్థితి మీలో ఏ దుర్బుద్ధిలేకుండా ఉన్నప్పడే సిద్ధిస్తుంది. ఇప్పడు ఇక్కడ మనం మళ్ళీ ఒకసారి, మన గొప్పతనం లక్షణమైన, ఓ "దారి తప్పే పని" చేద్దాం!

ఇంకొకళ్ళకు హాని కలిగించే ఉద్దేశ్యంతో మీరు టెలిపతీనీ, యోగ దృష్టినీ, సైకోమెట్రీనీ ఉపయోగించలేరు - ఉపయోగించలేరు -

ఉపయోగించలేరు. అదే విధంగా మీకు కూడా వీటి ద్వారా ఎవ్వరూ హాని కలిగించలేరు. దుర్బుద్ధి ఉన్నవాళ్ళకి 'టెలిపతీ' విద్య అబ్బితే తాము తెలుసుకున్న రహస్యాన్ని అందరికో, కొంతమందికో చెప్పేస్తామని బెదిరించి (black-mail చేసి) మనుష్యుల చిన్న తప్పలను తమ లాభం కోసం వినియోగించే అవకాశం వీళ్ళకు ఉందని మీరు అనుకుంటారేమో - ఇలాంటివి జరిగే అవకాశమే లేదు. అసంభవం. ఒకే సమయంలో, ఒకే ప్రదేశంలో వెలుతురూ, చీకటీ కలిసి ఉండలేవు. టెలిపతీని మీరు దుర్మార్గానికి వినియోగించలేరు. ఇది వేదాంతంలో ఓ కఠినమైన శాసనం. కాబట్టి మీరు దిగులు పడకండి. ఎంతో మందికి మీ ఆలోచనలను దురుద్ధేశ్యంతో తెలుసుకోవాలని కోరిక ఉండవచ్చు. కానీ, వాళ్ళు ఆ ఉద్దేశ్యం వల్లనే మీ ఆలోచనలను గ్రహించలేరు. చాలామందికి తమ ఆలోచనలను ఎవరైన తెలుసుకుంటారేమోనన్న భయం ఉంటుంది. కాబట్టే, ఆ భయాన్ని తొలగించేందుకే ఈ మాటనఉ చెబుతున్నాం. నిర్మలమైన మనస్సు ఉన్నవాళ్ళకే మీ ఆలోచనలను గ్రహించగల శక్తి ఉంటుంది. మీ 'ఆరా'లో వాళ్ళకు మీ బలహీనతలు అన్నీ స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. పవిత్రులకి దుష్టసంకల్పాలు కలగనే కలుగవు. దుశ్చింతులకు ఈ శక్తి సిద్ధించనే సిద్ధించదు.

మీరు టెలిపతీని మీ స్నేహితుడితో కలిసి అభ్యసించండి. ఏ స్నేహితుడి సహకారమూ మీకు లభించకపోతే, పూర్తిగా రిలాక్స్ అయి వచ్చే ఆలోచనలను స్వీకరించే ప్రయత్నాన్ని చెయ్యండి. మొదట్లో మీ తల నిండా జోరీగ చప్పడు చేసే విధంగా పరస్పర విరుద్ధాలైన ఆలోచనలు రావచ్చు. జనం మధ్యలోకి మీరు వెళ్ళి నుంచుంటే మనకు వినిపించే కలగాపులగంగా కలిసిపోయే మాటల్లాంటివి మీ ఆలోచనల్లోకి రావచ్చు. లేక ఉత్తి చప్పడు భయంకరంగా వినిపించవచ్చు. అందరూ గట్టిగా గొంతులు చించుకునేలా మాట్లాడుతూ ఉన్నట్టు మీకు అనిపించవచ్చు. కొంత సాధన చేస్తే ఈ మాటల్లోంచి ఏ ఒక్కరి మాటలనో మీరు వినవచ్చు. టెలిపతీలో ఇలాంటి సాధన కూడా చెయ్యొచ్చు. కాబట్టి ఈ పద్ధతుల్లో అభ్యాసం చెయ్యండి అభ్యాసం చేస్తూ విశ్వాసాన్ని కలిగి ఉండండి. తరువాత మీరు ప్రశాంతంగా ఉండడంతో బాటు,

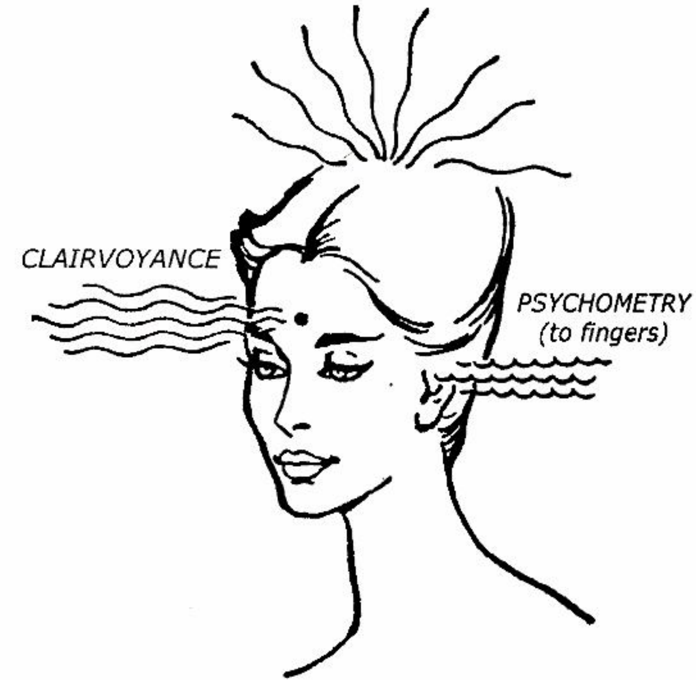
ఎవర్నీ హింసించాలనుకునే దుర్బుద్ధిని కూడా మీలోకి రానివ్వకుండా ఉన్నట్లయితే, మీరు "టెలిపతీ"ని సిద్ధించుకోగలుగుతారు.

మన తొమ్మిదవ చిత్రాన్ని మరోసారి గమనించండి. 'మూడోకన్ను' ఉన్న చోటికి 'యోగదృష్టి' తరంగాలు ప్రసరించడాన్ని మీరు చూడొచ్చు. వీటి ప్రకంపనా వేగం కూడా టెలిపతీ సంకేతాలకంటే భిన్నంగా రెండు వేరు వేరు ఫలితాలను ఇస్తున్నట్లు అనిపిస్తుంది. 'టెలీపతీ' తరంగాలను 'రేడియో'తోనూ, 'యోగదృష్టి' తరంగాల్ని బ్రహ్మాండమైన వర్ణచిత్రాల 'టెలివిజన్' ప్రసారాలతోనూ మీరు పోల్చుకోవచ్చు.

యోగదృష్టితో మీరు చూడగలగాలంటే మీకు ఓ స్ఫటికమో లేక పారదర్శకంగా మెరుస్తూ ఉన్న మరే వస్తువో కావలసి ఉంటుంది. ఒకే రాయి పొదిగిన ఓ వజ్రపుటుంగరం మీ వద్ద ఉంటే అదీ ఓ స్ఫటికం లాగే పని చేస్తుంది. పైగా దాన్ని చేత్తో పట్టుకోవడం గూడా చాలా తేలికగా ఉంటుంది. యోగదృష్టి కోసం కూడా సుఖమైన భంగిమలో మీరు ఉండాల్సి ఉంటుంది. గదిలో కాంతి బాగా తక్కువ ఉండాలి. యోగదృష్టి కోసం మీరొక స్ఫటికపు బంతి (Crystal ball) ని కొన్నారని అనుకుందాం.

మీ గదిలో, ఓ సాయంత్రం, మీరు సుఖంగా కూర్చుని ఉన్నారు. గదిలో దాదాపుగా చీకటే వ్యాపించే ఉంది. మీ ముందున్న స్ఫటికపు బంతి ఆకారం మాత్రం చూచాయగా గోచరిస్తూ ఉంది. ఆ స్ఫటికంలో నుంచి మీకు ఏ చిన్న కాంతి కిరణమూ పరావర్తనం చెంది కన్పించడం లేదు. అస్పష్టంగా కనిపించే ఆకారం తప్ప గదిలో ఇంకే వస్తువూ మీకు కనిపించడం లేదు. ఆ స్ఫటికం మీ చేతుల్లో ఉందనీ, అందులో మీకు ఏదయినా కనిపిస్తుందనీ మీకు తెలుసు. ఆ స్ఫటికంలోకి చూస్తూ ఉండండి కానీ దేన్నో చూసేందుకు మాత్రం ప్రయత్నించకండి. స్ఫటికంలోకి "చాలా దూరం"లోకి చూడండి. ఆ స్ఫటికం మీ ముందు కొన్ని అంగుళాల దూరంలోనే ఉండొచ్చు. కానీ, ఈ స్ఫటికం లోపలికి, అనేక మైళ్ళ దూరంలోకి మీరు చూస్తూండాలి. నెమ్మదిగా ఈ స్ఫటికంలో మబ్బులాంటివి ఏర్పడడాన్ని మీరు గుర్తించవచ్చు. ఈ తెల్లని మబ్బులు నెమ్మది నెమ్మదిగా దట్టమై ఇది వరకు పారదర్శకంగా

Fig 9



THE TRANQUIL HEAD

కనిపించిన స్ఫటికం బంతి పూర్తిగా పాలతో నిండినట్లు నిండిపోతుంది. ఈ సమయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండండి. అత్యంత ముఖ్యమైన ఈ కాలాన్ని విస్మరించకండి. మీ శరీరంలో ఏ కుదుపూ రాకుండా జాగ్రత్త వహించండి. ఏ మాత్రం ఆందోళన చెందకండి, చాలా మంది ఇక్కడే తొట్రుపాటు పడతారు. ఈ రెండవ అంకంలో.

ఈ తెల్లదనం మాయమైపోతుంది - ఓ తెర తొలగించబడినట్లు - ఓ నాటకరంగం మీ ముందుకు వచ్చి నిలబడుతుంది. మీ స్ఫటికం పూర్తిగా మాయమైపోయి వుంటుంది - అక్కడ కనిపించదు - మీకు అక్కడ ఓ ప్రపంచం కనిపిస్తుంది. ఒలింపస్ పర్వతం కనిపిస్తూన్న ఓ భూభాగంలా మీకో దృశ్యం కనిపిస్తుంది. ఒలింపస్ పర్వతం కనిపిస్తూన్న ఓ భూభాగంలా మీకో దృశ్యం కనిపించవచ్చు - ఎత్తునుంచి క్రిందకు పడిపోతున్న భావన మీకు కలుగువచ్చు. మీకు తెలియకుండానే మీరు ముందుకు తూలవచ్చు ఇలా తూలిపడే ప్రమాదంలో మీరు చిక్కుకోకండి. మీకు 'కుదుపు' రాగానే దృశ్యాలన్నీ ఎగిరిపోతాయి. అంతటితో ఈ ప్రయత్నానికి 'శుభం' పలికి మళ్ళీ ఇంకోరోజు సాయంత్రం ప్రయత్నించాల్సి వస్తుంది. సరే, మీకు తొట్రుబాటు కుదుపూ ఏదీ జరగలేదు అనుకోండి - అప్పుడు మీరు వేగంగా క్రిందకు జారుతూ, వెళ్తూ ఉన్నప్పుడు మీకు కనిపించే ప్రపంచపు దృశ్యం క్రమంగా పెద్దదవుతూ వస్తూ ఉంటుంది. మీ కళ్ళముందు పెద్ద పెద్ద ఖండాలు ఏర్పడి మాయమవుతూ ఉంటాయి. చివరికి ఓ ప్రదేశం మీదకు మీరు వచ్చినప్పుడు అక్కడే ఆగిపోతారు. చరిత్రలో ఓ ఘట్టం మీకు కనిపిస్తూ ఉండవచ్చు. కానీ మీరేం భయపడాల్సిన పనిలేదు. ఆ ట్యాంకు మిమ్మల్ని ఏమీ చెయ్యలేదు. మీలోంచి అది దూసుకుపోతుంది! మీకు ఏమీ అనిపించదు! ఇంకొకరి కళ్ళలోంచి మీరు చూస్తున్న దృశ్యాలన్నీ 'మీకు' కనిపిస్తూ ఉంటాయి. అత్యంత స్పష్టంగా, కనిపించే దృశ్యాలకు భీతి చెంది ఉలిక్కిపడకండి. శబ్దాలేవీ మీకు వినిపించవు గానీ అన్ని మాటలూ మీకు సులభంగాననే అర్థమవుతూనే ఉంటాయి. యోగదృష్టి ఈ విధంగా ఉంటుంది. ఈ విద్య మీకు సిద్ధించడం సులభమే - మీ విశ్వాసం తగినంతగా మీకు ఉన్నప్పుడు.

కొంతమందికి ఇలాంటి దృశ్యాలు కనిపించవు గానీ జరుగుతున్న విషయాలు అన్నీ స్పష్టంగా అర్థమవుతూ ఉంటాయి. ఇలాంటి పరిస్థితి వ్యాపారంలో పూర్తిగా నిమగ్నమైన వ్యక్తులకు వస్తూ ఉంటుంది. యోగదృష్టికి తగిన స్వభావం ఈ వ్యక్తిలో నెలకొని ఉన్నప్పటికీ చేస్తూన్న వర్తక, వ్యాపార వ్యాపకాల వల్ల ఇట్టాంటి దృశ్యాలను చూసే శక్తి ఏర్పడదు. ఆ వ్యక్తి అచేతనపు మస్తిష్కపు పొరల్లో ఇలాంటి దివ్యదృష్టి - యోగదృష్టి అసంభవాలనే అభిప్రాయం ముద్ర గాఢంగా పడిపోయి వుండడం వల్ల నిజంగా కనిపించాల్సిన దృశ్యాలకు బదులుగా స్వప్నమైన అనుభూతులు కొన్ని ఆ వ్యక్తి తలలో 'ఎక్కడో' కలుగుతూ ఉంటాయి.

సాధనతో మీరు యోగదృష్టిని సాధించవచ్చు. చరిత్రలో ఏ సమయానికైనా మీరు వెళ్ళి సాక్షాత్తుగా, మీ కళ్ళతో మీరే నేరుగా చరిత్రను దర్శించవచ్చు. చరిత్ర పుస్తకాలలో మీరు చదువుకున్న అంశాలు కొన్ని ఈ సాక్షాద్దర్శనం వల్ల 'అబద్ధా'లని తేలవచ్చు. చరిత్ర పుస్తకాలు ఏ కాలంలో వ్రాస్తారో అప్పటి రాజనీతికి అనుగుణంగానే ఈ 'చిత్రీకరణలు' జరుగుతాయి. యదార్థంలో కల్పన కలిసిపోతూ ఉంటుంది. హిట్లర్ యొక్క జర్మనీ, సోవియట్ రష్యాల చరిత్రల్ని ఇలాగే మీరు యదార్థంగా గ్రహించవచ్చు. ఇప్పుడు మనం సైకోమెట్రీ' (phychometry) ని గురించి మన అధ్యయనాన్ని ప్రారంభిద్దాం.

సైకోమెట్రీని "వ్రేళ్ళతో దర్శించే విద్య"గా మనం చెప్పకోవచ్చు. మనలో చాలామందికి ఇలాంటి అనుభవం ఎప్పుడైనా కలిగి ఉండవచ్చు. ఉదాహరణకు ఓ నాణాల కుప్పలోంచి ఓ వ్యక్తి ఒక నాణాన్ని తీసి కాస్సేపు తన గుప్పిటలో పట్టుకుని మళ్ళీ ఇతర నాణాలతో కలిపి వేస్తే, అదే నాణాన్ని ఆ కుప్ప లోంచి మీరు తీసి యివ్వవచ్చు - మిగతా నాణాల కన్నా ఈ నాణెం కాస్త వెచ్చగా ఉంటుంది. కాబట్టి. మేజిక్ షోల్లో పనికి వచ్చే ఈ అంశం స్టేజి వరకే బాగుంటుంది. నిజానికి ఇది ఖచ్చితంగా సైకోమెట్రీ కాదు.

సైకోమెట్రీ' అనే మాటకు మా అర్థం ఏమిటంటే - ఓక వస్తువును తీసి చేత్తో పట్టుకుని, ఆ వస్తువు ఎలా పుట్టిందో, ఏ యే మార్పులు దానికి సంభవించాయో ఎవరెవరి వద్ద ఆ వస్తువు ఉండేదో, ఆ వ్యక్తుల

మనోగతాలేమిటో స్పష్టంగా 'చూసి' గ్రహించగలిగే విద్య - అని. ఒక్కోసారి ఓ వస్తువును మీరు పట్టుకుంటే "అది సంతోషంగా ఉన్నచోటు లోంచి వచ్చిందా?" లేకపోతే "దుర్భరమైన ప్రదేశం నుంచి వచ్చిందా? "మీకు చూచాయగా తెలియవచ్చు. ఇవి మాత్రం నిజమైన సైకోమెట్రీకి ఉదాహరణలే.

సానుభూతితో మీకు సహాయం చెయ్యడానికి సంసిద్ధుడైన ఓ స్నేహితుడి సహకారంతో మీరు సైకోమెట్రీని సాధించవచ్చు - అభ్యసించవచ్చు ఈ క్రింద వ్రాయబడిన విధానాన్ని అనుసరించండి.

మీ అభివృద్ధిని అకాంక్షించే స్నేహితుడి సహకారం మీకు ఉందని విశ్వసిస్తున్న మేము మీకిచ్చే సలహా ఏమిటంటే - ముందు తన చేతులను కడుక్కుని, శుభ్రం చేసుకోమనండి. తరువాత ఓ చిన్న రాతి ముక్క గానీ, గులకరాయి గానీ ఆ చేతితో తీసి పట్టుకోమనండి. ఆ రాతి ముక్క కానీ, గులకరాయి గానీ కూడా సబ్బునీటితో బాగా శుభ్రం చేయబడి, ఆరిపోయి, పొడిగా ఉండితీరాలి. మీ స్నేహితుడి చెయ్యి కూడా శుభ్రంగా, పొడిగా తడి లేకుండా ఉండాలి. మీ స్నేహితుడి ఏ రాతి ముక్కనో, గులకరాయినో తన ఎడం చేతి గుప్పిట్లో ఉంచుకుని, ఒక్క నిమిషం సమయం పాటు ఏదో ఒక విషయాన్ని గురించి తదేకంగా ఆలోచన చెయ్యాలి. తెలుపు, నలుపు లాంటి ఏ రంగును గురించైనా గానీ, లేదా ఏ సద్భావననో, ఏ దుశ్చింతనైనా సరే - చెయ్యవచ్చు. ఏ విషయం గురించైనా ఆలోచించవచ్చు. ఒకే ఒక్క విషయం గురించి ఒకే ఒక్క నిమిషం గట్టిగా ఆలోచించాలి. ఓ నిమిషం పూర్తి అయిన తరువాత ఆ రాతిని ఓ శుభ్రమైన చేతిరూమాలులో గానీ, ఓ పేపరు 'నాప్కిన్' (napkin) లో గానీ చుట్టి మీ స్నేహితుడు మీకు దాన్ని అందించాలి. దీన్ని మీరు అప్పడే విప్పకూడదు. - మీరు మీ "యోచన చేసే గదిలో" ఒంటరిగా ఉన్నంతవరకూ ఈ "ప్యాకింగు" అలాగే ఉండాలి. ఇప్పడు ఇక్కడ నుంచి మనం మళ్ళీ ఓ ప్రక్కదారిలోకి పయనిద్దాం!

"ఎడంచేత్తో" ఈ వస్తువును పట్టుకోవాలని మేము చెప్పాం కదా, ఎడం చేత్తోనే ఎందుకు పట్టుకోవాలో ఇప్పడు చెబుతాం. రహస్య జ్ఞాన విద్యల్లో కుడిచేతిని "ఇవతలికి" ఉపయోగించే చెయ్యిగా భావిస్తారు. ఎడమ

చెయ్యిని ఆధ్యాత్మికతకూ - "పరానికీ" సంబంధించినదిగా భావిస్తారు. మీరు మామూలుగా కుడిచేతి వాటం ఉన్నవాళ్ళయితే, మీరు మీ "ఆధ్యాత్మిక" - ఎడం చేతిని వాడడం ద్వారా గొప్ప ఫలితాలను పొందగలుగుతారు. మీరు మామూలుగా ఎండం చేతివాటం ఉన్నవాళ్ళయితే, సైకోమెట్రీ కోసం వాడినప్పడు చక్కటి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి.

మీరు మీ "యోచన చేసే గది" (ధ్యాన మందిరం)లో ఏకాంతంగా ఉన్నప్పడు కూడా మీ చేతుల్ని శుభ్రంగా కడుక్కుని బాగా తుడుచుకుని, పొడిగా ఉంచుకోవాలి. ఆ విధంగా శుభ్రం చేసుకోకపోతే మీ చేతులకు అనేక అనుభూతులు అంటుకుని వుండి మీ సాధనకు ప్రతిబంధకాలు కావచ్చు. మీరు కేవలం ఒక్క అనుభూతినే గ్రహించవలసి ఉంటుందనే విషయాన్ని గుర్తుపెట్టుకోండి. సుఖంగా వాలిపోండి. ఇబ్బంది ఏమీ లేకుండా సర్దుకోండి. గదిలో వెలుతురు ఎంత ఉన్నా ఈ ప్రయోగానికి అభ్యంతరం ఏమీ ఉండదు. మీ మీద ఎంత వెలుతురైనా ఉండవచ్చు లేదా మీరు గాఢాంధకారంలో వున్నా ఇబ్బందేం వుండదు. ఇప్పడు ఆ కర్చీపునో, పేపరు పొట్లాన్నో నెమ్మదిగా విప్పి అందులోని ఆ వస్తువును మీ ఎడంచేతిలోకి - అరచేతిలోకి - తాపీగా దొర్లుకొచ్చేలా చూడండి. దాన్ని గురించి ఏఆలోచననూ చేసేందుకు ప్రయత్నించకండి. అసలు ఆ వస్తువు గురించి పట్టించుకోకండి. మీ మనస్సును శూన్యం చేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తే చాలు. ఆలోచనలను మాత్రం ఏమాత్రం చెయ్యకండి. ఇలా ఉన్న సమయంలో మీ అరచేతిలో చిన్న పులకింత లాంటిది కలుగవచ్చు ఓ కొత్త అనుభూతి మీలో కలుగవచ్చు. మీ స్నేహితుడు మీరు గ్రహించడానికి ఏ ఆలోచన చేశాడో ఆ అనుభూతి మీకు కలుగవచ్చు. మీకు బహుశా పిచ్చి పట్టిందని మీ స్నేహితుడు జాలిపడుతూ అనుకున్న ఆలోచన మీకు స్ఫురించవచ్చు! పూర్తి ప్రశాంతతతో ఈ ప్రయోగాలను మీరు నిర్వర్తించినట్లయితే అత్యంత అద్భుతాలైన అనుభూతుల్ని మీరు గ్రహించగలుగుతారు. చాలా సమయాన్ని మీ కోసం వెచ్చించి అలసిపోయిన మీ స్నేహితుడు వెళ్ళిపోయిన తరువాత కూడా మీ ప్రయత్నాల్ని మీరు కొనసాగించండి.

ఇంకా సాధన చెయ్యాలంటే, బయటికి ఎక్కడైనా వెళ్లండి. మీకు తెలిసి ఉన్నంతలో ఏ మనిషీ ముట్టుకోని ఓ గులకరాతిని చేత్తో పట్టుకోండి. ఓ సముద్రం ఒడ్డు మీదకి మీరు వెళ్తే ఇది చాలా సులభం. లేకపోతే ఓ చోట్లో భూమిని త్రవ్వి ఓ చిన్నరాతిని బయటకి తీసి పట్టుకోండి. సాధన వల్ల మీకు గొప్పఫలితాల లభిస్తాయి. ఉదాహరణకి, మీ చేతుల్లో ఉన్న గులకరాయి ఓ పర్వతంలో భాగంగా ఎప్పుడు ఉండిందో, ఏ ఉపద్రనం వల్ల అది అక్కడ నుంచి తొలగింపబడిందో, ఏ ప్రవాహం దాన్ని ఈ సముద్రందాకా తీసుకొచ్చిందో మీకు గోచరిస్తుంది. సైకోమెట్రీ ద్వారా మీకు అత్యంత ఆశ్చర్యం కలిగించే విషయాలు అనుభంలోకి వస్తాయి. ఎటొచ్చీ మీకు దీర్ఘసాధనా, మానసిక ప్రశాంతతా అత్యంత అవశ్యకాలు.

ఉత్తరం ఉన్న ఓ కవరును చింపకుండానే ఆ ఉత్తరంలో మొత్తం మీద ఏ విషయం ప్రాముఖ్యంగా వ్రాయబడి ఉంటుందో గ్రహించడాన్ని కూడా సైకోమెట్రీ ద్వారా సాధించవచ్చు. మీకు తెలియని భాషలో ఉన్న ఉత్తరం మీద మీ ఎడం చేతి వ్రేళ్లను నడిపించి మీరు ఆ ఉత్తరంలో వ్రాయబడ్డ విషయాన్ని గ్రహించవచ్చు. సైకోమెట్రీ ద్వారా ఇలాంటివి సుసాధ్యాలు. కానీ, ఇంకొకళ్లకు నిరూపించేందుకు మాత్రం ఇలాంటివి చేసి చూపించే ప్రయత్నాలను చేయకండి.

టెలీపతీ, యోగదృష్టి లాంటి విద్యల్ని సాధించిన వాళ్ళు తాము సాధించిన వాటిని "ఇంకొకళ్లకు ఎందుకు నిరూపించి చూపించరో" ననే అనుమానం మీకు కలుగుతూ ఉండొచ్చు. దీనికి కారణం ఏమిటంటే మీరు భావగ్రహణాన్ని చేయగలగాలంటే అందుకు తగిన పరిస్థితులు చక్కగా నెలకొని ఉండాలి. "మీరు బర్లిమోసగాళ్ల"ని ఓ వ్యక్తి నిరూపించేందుకు కంకణం కట్టుకుని జనంలో కూర్చుని మిమ్మల్ని గమనిస్తూ ఉన్నాడనుకోండి. అతడి వద్ద నుంచి వచ్చే బలమైన సంకేతాలు దూరాన్నుంచి వస్తున్న బలహీనమైన సంకేతాలను త్రొక్కి పెట్టేస్తూ ఉంటాయి. టెలీపతీని నిరూపించమని మిమ్మల్ని ఎవరైనా అడిగితే వాళ్లతో మీకు "ఉత్సాహం లేదు" అని చెప్పేయమని మా సలహా. మీకు తెలిసిన విద్యల్ని మీరు ఎవ్వరికీ నిరూపించి చూపించనక్కర్లేదని మీకూ తెలుసుకదా.

మీరు ఉంటున్న వీధి చివర్లో ఒకరు "దివ్యదృష్టిని ఉపయోగించి డబ్బులు సంపాదిస్తూ జీవిస్తూ" ఉండడాన్ని మీరు గమనించి ఉండవచ్చు. ఇలాంటి వాళ్ల గురించి కూడా ఇక్కడ మేము కొంత చెప్పదలచుకున్నాం. చాలామంది స్త్రీలకి చాలాసార్లు ఈ టెలీపతీ శక్తులు అనుభవంలోకి వస్తూంటాయి. కానీ, ఇది స్థిరంగా నిలిచి ఉండవు. ఒక్కోసారి తన అద్భుత శక్తుల్తో ఖచ్చితంగా జోస్యాలు చెప్పి తన స్నేహితులందరినీ ఇలాంటి వాళ్ళు ఆశ్చర్యచకితుల్ని చేస్తూంటారు. ఆ స్నేహితులు వీళ్లకి దీన్నే తమ వృత్తిగా స్వీకరించమని సలహాలు ఇస్తూంటారు. వీళ్ల మాటల్తో ఉబ్బి తబ్బిబ్బైన ఈ స్త్రీలు ఈ వృత్తిని ప్రారంభించి కొంత డబ్బుల్ని కూడా వసూళ్ళు చెయ్యగలుగుతారు. తమ సేవ కోసం వచ్చిన వాళ్లతో "తాము ఈ రోజు జోస్యాలు చెప్పగలిగిన స్థితిలో లేం" అని ఇలాంటి స్త్రీలు చెప్పకోలేని పరిస్థితి రావచ్చు. అట్లాంటప్పడు కొన్ని విషయాలను కల్పించి చెబుతారు. ఇలాంటి వాళ్ళు ఎదుటి వాళ్ల మనస్తత్వాన్ని అర్థం చేసుకుని వాళ్లకు తగ్గట్టు మాటలు చెబుతూ కాలం వెళ్లదీస్తూంటారు. ఈ విధంగా వాళ్లకు వచ్చిన విద్య కూడా హరించుకుపోతుంది.

డబ్బుల కోసం ఎప్పడూ మీ స్ఫటికపు బంతులనూ, భవిష్యత్‌ను వెల్లడి చేసే అట్టముక్కల్నీ ఉపయోగించకూడదు. ధనార్జన మొదలవగానే విద్య నశించిపోతుంది. ఆధ్యాత్మిక శక్తులను మీరు ప్రారంభించగానే నాస్తికుల మస్తిష్కాలనుంచి వస్తున్న తీవ్రమైన విద్యుత్తరంగాలు మీలో అశాంతినీ, అలజడినీ సృష్టించి మీలో విస్ఫోటాన్ని కలిగిస్తాయి.

మీకు ఎన్ని విద్యలు వచ్చినా ఇంకొకళ్లకు చూపించకపోవడమే మంచిదని మా అభిప్రాయం. ఎంత సాధారణంగా మీరు కనిపిస్తే ఎంత సహజంగా మీరు ఇంకొకళ్లకి కనిపిస్తూంటే అంత ఎక్కువ ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధిని మీరు సాధించగలుగుతారు. ఈ విద్యలను నిరూపించే ప్రయత్నాన్ని ఒక వంక చేస్తూ ఉంటే మరోవైపు నుంచి నమ్మని వాళ్ల నుంచి వచ్చే బలమైన అలలు మిమ్మల్ని ముంచెత్తుతూంటాయి. గొప్ప హానిని మీకు కలిగిస్తాయి.

మీరు నిరంతర సాధనను కొనసాగిస్తూ ఉండాలని మేము మిమ్మల్ని కోరుతున్నాం. సాధనతో బాటు శాంతినీ, ప్రశాంతతనూ మీరు పొందాలని మేము ఆశిస్తున్నాం. ప్రశాంతత లేకపోతే దేనినీ మీరు సాధించలేరు. అంతరంగంలో ప్రశాంతతతో ఉండి ఆత్మవిశ్వాసం తోడయితే మీరు దేన్నయినా సాధించవచ్చు!

ఇరవై రెండవ పాఠం

సమదృష్టి

మనం ఈ పాఠంలోకి వెళ్ళే ముందుగా, ఇప్పడే మా దృష్టికి వచ్చిన ఒక గొప్ప విషయాన్ని మీతో పంచుకోవాలని అనుకుంటున్నాము. ఇంతకు ముందు పాఠ్యాంశాల్లో మనం చాలాసార్లు విద్యుత్ ప్రసారం మన శరీరంలో కూడా నిరంతరం జరుగుతూ ఉంటుందనీ, నాడుల (nerves) ద్వారా అవి ప్రసరిస్తూ అన్ని కండరాలనూ పని చేయిస్తాయనీ చెప్పకుంటూనే ఉన్నాం. ఇక మా దృష్టికి వచ్చిన విషయం : "ఎలక్ట్రానిక్స్ ఇల్లస్ట్రేటెడ్" పత్రిక - జనవరి 1963వ సంవత్సరం సంచిక-62వ పేజీలో ఉన్న చక్కటి వ్యాసం "రష్యా వారి అద్భుతమైన ఎలక్ట్రానిక్ హస్తపు సృష్టి" అకాడెమీ ఆఫ్ సైన్సెస్‌లో డాక్టర్ ఆఫ్ ఇంజనీరింగ్ అయిన "ప్రొఫెసర్ కోబ్రిన్‌స్కీ" అనే ఆయన తన శిష్యులతో కలిసి కృత్రిమంగాల రూపకల్పన (prosthetics) మీద విస్తృతంగా పరిశోధనలు చేస్తూన్నట్లూ, చాలా అభివృద్ధిని సాధించినట్లూ ఈ వ్యాసంలో తెలుపబడింది. కృత్రిమాంగాల్ని ఉపయోగిస్తున్న వాళ్ళకు వాటిని కదిలించడం చాలా శ్రమ కలిగించేదిగా ఇదివరకు ఉండేదనీ ఆ కష్టాన్ని అధిగమించడానికి జరిగిన పరిశోధనల ఫలితంగా రష్యన్లు విద్యుచ్ఛక్తితో పని చేసే కృత్రిమాంగాలని సృష్టించారనీ ఈ వ్యాసం తెలియజేస్తోంది.

అవయవం పాడైపోయిన ఓ రోగికి అవయవాన్ని తొలగించే సమయంలో సర్జన్లు ముఖ్యమైన నరాల చివర్లలో రెండు "ఎలక్ట్రోడ్" (విద్యుత్

ప్రసారం కానివ్వగల లోహపు పదార్థాలు)లను అమరుస్తారు. ఆ చెయ్యో కాలో బాగుంటే ఈ నరాల ద్వారా వచ్చే సంకేతాలే ఆ శరీరపు అంగాన్ని పనిచేయించి ఉండేవి. పాడైపోయిన అంగాన్ని సర్జన్లు తొలగించిన తరువాత, ఆ పుండు మానిన తరువాత ఓ కృత్రిమాంగాన్ని ఏర్పాటుచేస్తారు. ఈ కృత్రిమాంగం చివర్లో ఉన్న ఎలెక్ట్రోడులకు శరీరంలో అమర్చబడిన రెండు ఎలెక్ట్రోడ్‌లూ కలిసి విద్యుత్ వలయం పూర్తవుతుంది. ఆ వ్యక్తి మెదడు నుంచి వచ్చే సంకేతాలు - బహూశా ఆ వ్యక్తి మెదడు నుంచి వచ్చే సంకేతాలు - బహూశా ఆ వ్యక్తి చేతి వ్రేళ్ళను కదిలించేందుకు ఉద్దేశించబడింది కావచ్చు - ఈ ఎలక్రోడ్ల ద్వారా క్రొత్తగా అమర్చబడిన కృత్రిమాంగానికి అందుతాయి. అక్కడ వున్న ఎలక్ట్రానిక్ పరికరంలో ఈ సంకేతాలు చాలా తీవ్రతతో అభివృద్ధి చెంది ఈ కృత్రిమాంగంలోని అనేక 'రిలే'లను కదిలించి చిన్న చిన్న మోటార్లను చలింపజేసి ఈ క్రొత్త చేతి వ్రేళ్ళను పనిచేయించగలుగుతాయి! ఈ కృత్రిమాంగాన్ని ఉపయోగించి వ్రాత పనిని కూడా సులభంగా చెయ్యగలమని తెలుస్తోంది. ఈ వ్యాసంలో ఉన్న ఓ చిత్రంలో ఓ కృత్రిమాంగాన్ని ఉపయోగించి ఓ ఉత్తరాన్ని స్వయంగా వ్రాస్తున్న వ్యక్తి బొమ్మ ఉంది.

విద్యుత్ప్రవాహాల వల్ల, విద్యుత్ తరంగాల గురించిన చర్చల వల్ల మీకు కొంత విసుగు పుట్టి ఉండవచ్చు. అందువల్లే ఈ ఉత్సాహాన్ని రేకెత్తించే విషయాన్ని మీకు చూపించే ప్రయత్నం చేశాం. భవిష్యత్తులో శరీరంలోని రసాయనిక చర్యల చేత ప్రేరేపించబడే యంత్రాలను కూడా మనం చూస్తామేమో?

ఇప్పుడు, పై విషయపు చర్చ పూర్తయింది గనుక, మనం ప్రస్తుతం భావాల, మనోవికాసాల గురించి తెలుసుకుందాం; ఎందుకంటే, మన ఆలోచనలే మనం కనుక, మనం ఎప్పుడూ దుఃఖం గురించిన ఆలోచనలనే చేస్తుంటే మన శరీరంలో నిర్దిష్టమైన చర్య ఒకటి జరిగి శరీరంలో ఓ భాగం లోని కొన్ని కణాలు నాశనమయి పోతాయి. అధిక దుఃఖమూ, అత్యంత దైన్యమూ మనకు కలిగితే మనకు కాలేయపు జబ్బులో, పిత్తాశయ జబ్బులో వచ్చి తీరుతాయి. ఈ విషయాన్ని ఆలోచించండి. ఓ స్త్రీ పురుషులిద్దరు పెళ్ళాడి

అన్యోన్యంగా కలకాలం కాపురం చేశారని అనుకోండి. ఉన్నట్టుండి భర్త చనిపోతాడనుకోండి. ఇక ఆ స్త్రీ జీవితంలో ఎంతోలోటు చోటు చేసుకుంటుంది. ఆమె వైధవ్యపు జీవితం మొత్తం దుఃఖంతో నిండి బ్రతుకు దుర్భరమైపోతుంది. శరీరం పాలిపోవడం జరగొచ్చు. అంతెందుకు? ఆమె కూడా నశించిపోవచ్చు. సాధారణ పరిస్థితుల్లో ఆమెకు ఓ భయంకరమైన జబ్బు ఆవరిస్తుంది. ఛండాలమైన పరిస్థితుల్లో ఆమెకు ఓ మానసిక రుగ్మత కూడా పట్టుకోవచ్చు. దీనికంతటికీ మూలకారణం అత్యంత బలమైన ఓ 'ప్రేరణ' అనేది ఆ స్త్రీ మెదడులో పుట్టి, శరీరంలోని అన్ని అవయవాలను ముంచెత్తి, అన్ని గ్రంధుల్నీ అన్ని అవయవాలనూ ఛేదిస్తూ లోపలికి వెళ్ళి అల్లకల్లోలాన్ని సృష్టించి ఆమెను సహజ ఆరోగ్యస్థితి నుంచి "వెనక్కులాక్కొచ్చే ఎక్కువ మోతాదు విద్యుత్తే"నని చెప్పక తప్పదు. ఈ చర్య వల్ల శరీరంలో సహజస్థితి ఛిన్నాభిన్నమైపోతుంది. బాధపడుతున్న వ్యక్తిలో నిస్తబ్దత చోటు చేసుకోవచ్చు. సవ్యంగా ఆలోచించే నేర్పు నాశనమైపోవచ్చు. కదిలే పరిస్థితి కూడా ఉండకపోవచ్చు. ఈ అత్యంత తీవ్రత గల ప్రేరణలు అదే పరిస్థితిని చక్కబెట్టే చర్యల్ని కూడా చేబడ్తాయి. ఉదాహరణకి కన్నీటి గ్రంధుల్ని ఉత్తేజపరచి అనంతంగా కన్నీటినీ తయారు చేయించి శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు ప్రయత్నాల్ని చేస్తూ ఉంటాయి.

సరిగ్గా ఇలాంటి పరిస్థితే ఓ టార్చ్ బల్బు విషయంలో జరగవచ్చు. ఆరువోల్టుల విద్యుచ్ఛక్తితో పనిచేసే బ్యాటరీ లైట్ బల్బును మార్చి ఓ మూడున్నర ఓల్టులు శక్తితో వెలిగే బల్బును ఆ బ్యాటరీ లైట్‌లో అమర్చినప్పుడు ఇలాంటి పరిస్థితిలో టార్చ్‌ని పనిచేయిస్తే మొదట ఆ బల్బ్ ప్రకాశవంతంగా వెలిగినా కొద్ది క్షణాల్లోనే మాడిపోవచ్చు లోలోపలే! ఈ శరీరం మాడిపోయే పద్ధతి ఓ స్పృహ తప్పడంలాగానో, ఓ మూర్ఛ లాగానో "కోమా" (అత్యంత గాఢమైన ఎడతెరపి లేని నిద్ర లాంటి స్థితి) స్థితికి రోగిని లాక్కెళ్ళి పోవడం అనే పద్ధతిలోనో జరుగవచ్చు. లేక ఆ వ్యక్తికి పిచ్చి కూడా పట్టిపోవచ్చు.

విపరీతంగా భయపడ్డ ఓ జంతువును మనమందరం ఎప్పుడో ఒకప్పుడు చూసే ఉంటాం. ఇంకేదో పెద్ద జంతువు ఈ చిన్న జంతువును

తరుమకొస్తూ ఉండవచ్చు. ఈ చిన్న జంతువు తన భయం పూర్తిగా తగ్గేవరకు తిండి తినదు. మరెవరైనా దాన్ని బలవంతం చేసి తిండిని తినిపించినా ఆ జంతువుకు ఆ తిండి జీర్ణం కాదు మామూలుగా ఆ జంతువు కడుపులో తయారయ్యే జీర్ణరసాలేవీ ఆ జంతువు భయంతో వణుకుతున్నంతవరకు తయారుకావు. అన్ని జీర్ణరసాలూ లోపల్లోపనే ఇంకిపోతాయి. తిండి తినే స్వభావం భయపడ్డ జంతువుకు అసహజం.

చాలా తీవ్రంగా ఉద్రేకం చెంది ఉన్నవాళ్ళకూ, బాగా దిగులుతో క్రుంగిపోయి ఉన్నవాళ్ళకూ ఎవరూ బ్రతిమాలి గానీ, బలవంతపెట్టి గానీ తిండిపెట్టకూడదు. అటువంటి వాళ్ళ మేలు కోరే వాళ్ళే వాళ్ళని బ్రతిమాలుతారనే విషయం నిజమే గానీ ఆ భోజనం మాత్రం వాళ్ళకు ఎటువంటి మేలూ చెయ్యదననే సత్యాన్ని మనం గ్రహించాలి. దుఃఖమూ, ఉద్వేగమూ మనవ శరీరంలో జరిగే రసాయనిక చర్యల మీద తీవ్ర ప్రభావాన్ని కలిగిస్తాయి. అస్వస్థత, దుఃఖాల వల్ల మానవుడి దృక్పథం మారిపోతుంది. ఎవ్వరూ వీళ్ళని సహించలేరు. ఎవ్వరూ ఇటువంటి వారితో సర్దుకునిపోలేరు. ఆ మనుష్యుల రంగులు మారిపోతూ ఉంటాయి. ఈ మాట అక్షరాలా సత్యం. శరీరంలో జరిగే తీవ్ర రసాయనిక చర్యల వల్లా ఓ మనిషి దృక్పథంలో సంభవించే మార్పుల వల్లా ఆ వ్యక్తికి కనిపించే రంగులు సహజత్వానికి దూరంగా ఉంటాయి. ప్రేమే లోకంగా ఉండేవాళ్ళ కళ్ళకు ప్రపంచం మొత్తం గులాబీ వర్ణంతో కనిపించడం సహజమైతే, నిస్త్రాణంతో దిగులుతో క్రుంగిపోయి ఉండే వాళ్ళ కళ్ళకు ప్రపంచమంతా నల్లమబ్బు గ్రే రంగులో కనిపించడం కూడా అంతే సహజం!

మనం అభివృద్ధిని సాధించాలంటే మన స్వభావంలో తీవ్రతలని తప్పక అణుచుకోవలసి ఉంటుంది. కష్టాల్లో సుఖాల్లో ఒకే సమానత్వాన్ని మనలో ఏర్పరచుకోగలగాలి. ఎక్కువ ఉద్రేకాన్ని మనం తెచ్చుకోకూడదు. అనవసరంగా క్రుంగిపోకూడదు. ఒకే పద్ధతిలో మన స్వభావం ఉండడాన్ని సాధన చెయ్యాలి. మనం ఇదివరకు చర్చించుకున్న విధంగా మన మెదళ్ళలో తయారయ్యే విద్యుత్తరంగాల్లో తీవ్రమైన ఎతుల్నీ, అధోగతి చెందే లోతుల్నీ

కలిగి ఉండక ఒకే స్థాయి ప్రకంపనాల్ని కలిగి ఉండేలా చెయ్యగలిగే ఆలోచనా సరళినే మనం అలవరచుకోవాలి. మానవ శరీరం ఒక నిర్దిష్టమైన పద్ధతిలో పనిచేసేందుకు తగినట్లుగా నిర్మింపబడి ఉంది. 'గాస్ట్రిక్ అల్సర్ల'తో, 'హార్ట్ అటాక్స్'తో, ఉద్రేకాలతో ఊగిపోయే వ్యాపారస్థుల జీవితాలలో ఈ సత్యానికి స్పష్టమైన ఋజువులు మనకు కనిపిస్తాయి. ఈ జబ్బులకు కూడా కారణం "వెనక్కు వచ్చే తీవ్ర విద్యుత్తు" హెచ్చుతగ్గులే. ఈ తిరిగి వచ్చిన తీవ్ర విద్యుతరంగాలు శరీరంలోని అన్ని భాగాల్లోకి చేరి వాటి వాటి సహజ ప్రవర్తనను దెబ్బతీస్తాయి. మాటవరుసకు - అల్సర్స్‌తో బాధపడే వ్యక్తి ఆహారాన్ని సరిగ్గా స్వీకరించడు. అందువల్ల, తయారయ్యే జీర్ణరసాలకు తగినంత పని లేకపోవడం వల్ల అవి కడుపులోనే తమ సాంద్రతను పెంచుకుంటూ పోయి ఆ కడుపులోనే చిల్లుల్ని చేస్తాయి, తమ ఆమ్లాల రసాయనిక చర్యల ద్వారా మొత్తం మీద మనం అర్థం చేసుకోవాల్సింది ఏమిటంటే టెలిపతీ, యోగదృష్టి, సైకోమెట్రీ, ఇంకా ఉన్న ఇతర విద్యలన్నిటినీ అభ్యసించాలని కుతూహలపడే వాళ్ళందరూ విధిగా ప్రశాంతంగా ఉంటూ అన్నివేళలా ఒకే విధమైన ప్రవర్తనతో ఉండడాన్ని అభ్యాసం చెయ్యాలి. ఇలాంటి సమదృష్టిని ఎవరైనా సాధించవచ్చు!

తరచుగా ఓ మనిషి ఉన్నట్లుండి వేరే ధ్యానలోకి వెళ్ళిపోతూ ఉంటాడు. ఎందుకో విపరీతంగా క్రుంగిపోయి ఉంటాడు. నిశ్చయాత్మకమైన బుద్ధిని కలిగి ఉండడు. ఇలాంటి వారితో సహజీవనం చెయ్యడం చాలా కష్టం. ఈ మనిషి ప్రవర్తనను ఎవరైనా గమనించినా, గమనించకపోయినా, ఎగతాళి గానీ పరిహాసం గానీ చేసినా వీళ్ళకు ఉక్రోషం పుట్టుకొచ్చేస్తుంది. 'హిస్టీరియా' కూడా రావచ్చు. ఇలాంటివి జరుగుతూంటాయి !

'హిస్టీరియా' అంటే ఏమిటో మీకు తెలుసా? ఓ వ్యక్తి యొక్క లైంగికాభివృద్ధితో చురుకైన సంబంధం ఉన్న ఓ ప్రవర్తన ఈ హిస్టీరియా. ఓ స్త్రీ జననేంద్రియాలతో హిస్టీరియాకు సంబంధం ఉంది. 'హిస్టరెక్టమీ' ఆపరేషను చేయించుకున్న స్త్రీలలలో కొందరి దేహాల్లో విపరీతమైన మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి. వాళ్ళ సహజస్థితిని వాళ్ళు కోల్పోతారు. పాతరోజుల్లో స్త్రీలకు మాత్రమే 'హిస్టీరియా' వస్తుందని అనుకుంటూ ఉండేవాళ్ళు. ప్రస్తుతపు

మానవుడికి కొంత జ్ఞానోదయం కలగడం వల్ల ఇంకాస్త మెరుగ్గా ఆలోచించగలుగుతున్నాడు. ప్రతి స్త్రీలోనూ కొన్ని పురుష లక్షణాలుంటాయి. అలాగే ప్రతి పురుషుడిలోనూ కొన్ని స్త్రీ లక్షణాలు ఉండి తీరుతాయి. స్త్రీ పురుషుల్లో ఇద్దరిలోనూ అత్యంత ఆశ్చర్యపూరితాలుగా ఒకే లక్షణాలు ద్యోతకమవుతుంటాయి. మర్మావయవాల నిర్మాణంలో కూడా ఏదో ఒక స్థాయిలో పురుషుడికి స్త్రీ జననేంద్రియాలూ, స్త్రీకి పురుషుడి జననేంద్రియాలూ ఏర్పడి ఉంటాయి. కాబట్టి హిస్టీరియా అనేది "ఓ పురుషుడికి కూడా వర్తించే ఓ జబ్బు" అని తేలుతుంది. గూఢ విద్యార్జనకు ఈ హిస్టీరియా జబ్బు ఓ గొప్ప ప్రతిబంధకంగా మనం అర్థం చేసుకోవాలి. ఓ మనిషి పరధ్యానంతో ఉన్నా, అతని మెదడు నుంచి వచ్చే విద్యుత్తులో హెచ్చు తగ్గులు ఎక్కువగా ఉన్నా అట్లాంటివాడు సూక్ష్మశరీరయానాన్ని చైతన్యంతో చెయ్యలేడు. టెలీపతీని గానీ, యోగదృష్టిని గానీ, సైకోమెట్రీని గానీ, ఏ విద్యను గానీ సాధించలేడు, ఏ ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధినీ సాధించలేడు. కాబట్టి మనం అందరం ప్రశాంతత్వాన్ని మన నైజంగా ఏర్పరచు కోవాలి. సరయిన దృక్పథం మనకు ఉంటేనే, సత్ప్రవర్తన ఉంటేనే తప్ప ఈ రహస్యవిజ్ఞానాల సాధనకు పూనుకోకూడదు. యోగదృష్టి, టెలీపతీ లాంటి శక్తుల గురించి మాట్లాడే వాళ్ళకు "నరాలకు సంబంధించిన జబ్బులేవో ఉన్నా" యనో లేక "ఊహాశక్తి వాళ్ళకు బాగా ఎక్కువగా ఉండవచ్చు"నో చాలామంది అనుకుంటూ ఉంటారు - లేకపోతే వాళ్ళ "మనోగతి దారి తప్పింది" అని కూడా అనుకుంటూ ఉండొచ్చు. ఇలాంటి అభిప్రాయాలన్నీ తప్పే! తమకు దివ్యశక్తులేవో ఉన్నాయని అసత్య ప్రసారాలు చేసే వాళ్ళకు ఇలాంటి నరాల జబ్బులూ, మానసిక అస్థిరతా లాంటి లక్షణాలు ఉండొచ్చు; ఎందుకంటే, ఎలాగూ వాళ్ళు మోసగాళ్ళే కాబట్టీ; వాళ్ళ మానసిక ఆరోగ్యానికీ, ఈ రహస్య విద్యలకూ ఎక్కడా పొంతన కుదరదు కాబట్టీ! పరిపూర్ణమైన మానసిక ఆరోగ్యం ఉన్న వాళ్ళకే సిద్ధులు లభిస్తాయి. మెదళ్ళలోంచి వస్తున్న విద్యుత్ తరంగాలు ఒకే స్థాయిలో వీలయినంత సరళంగా ఉంటేనే, 'వస్తున్న సంకేతాలను' గ్రహించగలిగే శక్తిని మన మెదడు పొంద గలుగుతుంది. భావ గ్రహణ లేదా భావ ప్రసారణ చెయ్యాలంటే మన

మనస్సులు చాలా ప్రశాంతంగా ఉండాలి. మన మనస్సులు తెరచి ఉంచబడాలి. మన మెదళ్ళలో అల్లకల్లోలపు విద్యుత్ప్రసారాలు జరుగుతూ ఉంటే, మన దీన స్థితిని గురించే మన ఆలోచనలు సాగుతూ ఉన్నప్పుడు, ఇంకొకరి ఆలోచనలు ఏవీ మనలోకి రాలేవు. కాబట్టి, మనం ఎలాంటి సంకేతాలనూ అందుకోలేం. నరాల జబ్బుల్తో బాధపడే వాడెవడూ యోగదృష్టిని సాధించలేడు. ఉన్మాది ఎప్పటికీ ఇంకొకళ్ళ ఆలోచనలను అందుకుని గ్రహించలేడు!

మీ మనస్సును ఎప్పడూ తలక్రిందులు కానీయకండి. మీకు ఎప్పడైనా చిర్రెత్తుకొస్తే, లేక అన్ని బాధ్యతలూ మీ మీదే తమ భారాన్ని మోపుతున్నాయని మీకు అనిపిస్తే ఓ గాఢమైన శ్వాసను తీసుకోండి. మళ్ళీ ఇంకోసారి గాఢశ్వాసను తీసుకోండి. "ఈ కష్టాలన్నీ ఇంకో వందేళ్ళ తరువాత మీకుంటాయా?" అని ఓ సారి ఆలోచన చెయ్యండి. "వందేళ్ళ తరువాత ఎవరినైనా ఈ కష్టాలు బాధిస్తాయా?" - ఇంకో వందేళ్ళ తరువాత ఈ బాధలేవీ ఉండవని మీకు నిశ్చయమైతే, అవి ఇప్పడు మాత్రం ఎందుకు మిమ్మల్ని బాధించాలి? ఇంత అందోళన మీకెందుకు?

మనం ఆరోగ్యంతో ఉండడం కోసం ప్రశాంతంగా ఉండడాన్ని అభ్యసించాలి. శారీరక ఆరోగ్యానికీ, మానసిక ఆరోగ్యానికీ కూడా ఈ ప్రశాంతత అత్యంత అవశ్యకం. కాబట్టి, మా సలహా ఏమిటంటే - ఎప్పడైనా మీకు విపరీతంగా చిరాకు పుటుకొస్తే, మీరు వెంటనే ఓ సారి ఆగి - మీకు ఎందుకు ఆలా జరుగుతోందో ఒకసారి ఆలోచించమని. ఎందుకు మీకీ విచారం? ఎందుకు మీకీ దిగులు? ఇంకొకళ్ళను కూడా మీరెందుకు పాడు చేస్తున్నారు? దుఃఖంతో ఉన్నప్పడూ, ఉద్రేకంతో ఉన్నప్పడూ, చిరాగ్గా ఉన్నప్పడూ, అత్యంత దైన్యస్థితిలో ఉన్నప్పడూ, ఇంకా ఇలాంటి చెడు తలంపులు మీలో కలిగినప్పడూ మీ ప్రవర్తన వల్ల మీకే ఎక్కువ నష్టం కలుగుతున్నదనీ, ఇంకొకళ్ళకి మీరే కష్టమూ కలిగించడం లేదనే సత్యాన్ని మీరు తెలుసుకోవాలి. మీ పూనకాన్ని చూస్తున్న వ్యక్తి కాస్త అలసిపోవచ్చేమోగానీ, మీరు మాత్రం ఓ బలమైన విషాన్ని పుచ్చుకున్నట్టేనని అర్థం చేసుకోండి. మీ చుట్టూ ఉన్న

వాళ్ళలో చాలా మందికి మీకన్నా ఎక్కువ సమస్యలు ఉండవచ్చు. కానీ వాళ్ళ మొహాల్లో బాధలేవీ మీకు కనబడడం లేదు గదా!

ఒత్తిడుల వల్లకలిగే మార్పులు మీ ముఖంలో కనిపిస్తున్నాయంటే జీవితాన్ని గురించిన సరయిన దృక్పథం మీకు లేదనే అర్థం. ఎదుటి వ్యక్తికి ఉన్నంత మానసిక స్థైర్యమూ, ఆధ్యాత్మికస్థితీ మీకు లేనట్టే అర్థం.

భూమి మీదకు మనం నేర్చుకోవడానికి వచ్చాం. ఏ సాధారణ మానవుడికీ "నేర్చుకోలేనంత ఎక్కువ విషయాలు" నేర్చుకునేందుకు నిర్ణయింపబడదు. అందరూ మనలను పీడిస్తూ ఉన్నారనీ, ఇంకొకళ్ళ తప్పలకు మనలను బలిపశువుగా చేస్తున్నారనీ, లేక 'విధి' మన మీద పగబట్టిందనీ మనం అనుకుంటూ ఉండవచ్చు. ఒక్కసారి మనం ఆలోచన చేసి చూస్తే మన మీద అంత భారం ఏదీ నిజంగా లేదనీ అన్నీ కేవలం మనం కల్పించుకున్నవేననీ మనకు రూఢిగా అర్థమవుతుంది.

మళ్ళీ మనం చిన్న పిల్లల వద్దకు వెళ్ళాం. ఓ బాలుడికి కొంత 'హోంవర్కు' చెయ్యడానికి ఇవ్వబడుతుంది. ఈ హోంవర్కు 'చాలా ఎక్కువ' అని ఆ కుర్రవాడికి అనిపిస్తూ ఉంటుంది, అతడి మనస్సు ఆటల మీదో, చేపల్ని పట్టడం మీదో, లేక ఏ అమ్మాయి మీదో లగ్నమై ఉంటుంది కాబట్టి! తాను ఆడబోయే ఆటల గురించీ, పట్టబోయే చేపల గురించీ బాగా ఆలోచిస్తూ ఉండడంవల్ల సాధారణంగా మనం ఉపయోగించే పదోవంతు మనస్సును కూడా చెయ్యాల్సిన 'హోంవర్కు' మీద లగ్నం చెయ్యకపోవడం వల్ల - ఆ పని చాలా ఎక్కువగా కనిపించి తీరుతుంది. ఆ పనిని పూర్తి చెయ్యాలనే ఉద్దేశ్యంతో శ్రమ చేయకపోవడం వల్ల ధ్యాస పెట్టి పనిచేస్తే ఎంత సేపట్లో పూర్తవుతుందో అంతకంటే ఎక్కువ సమయమే గడుస్తున్నా 'హోంవర్కు' మాత్రం పూర్తి కాదు. కుర్రవాడు తాను చేస్తున్న పని మధ్యలోనే అలసిపోతాడు. తన తెలివిని ఇరవయ్యోవంతు కూడా హోంవర్కు కోసం ఉపయోగించడం వలన నిరాశ అతడిని ఆవరిస్తుంది. తన హోంవర్కు చాలా ఎక్కువగా ఉందని తల్లితండ్రులకు చివరికి ఫిర్యాదు చేస్తాడు. తన ఆరోగ్యం ఈ హోంవర్కు వల్ల పాడయిపోతూ ఉందని మొత్తుకుంటాడు. తల్లితండ్రులు కూడా బడికి వెళ్ళి

ఉపాధ్యాయుల వద్ద మొరపెట్టుకుంటారు - హోంవర్కుని తగ్గించమనీ, తమ పిల్లవాడు చెయ్యలేకుండా ఉన్నాడనీ! ఎవ్వరూ ఈ విద్యార్థి గురించి ఆలోచించరు. కొంత జ్ఞానాన్నీ బుద్ధినీ వాడి బుర్రలోకి ఎక్కించే ప్రయత్నం చేయ్యరు. ఈ శిక్షణంతా ఎవరికోసం? ఇదే మాట మీకు కూడా వర్తిస్తుంది. మీరు అభివృద్ధిని ఆకాంక్షిస్తున్నారా? అయితే, కొన్ని నిబంధనలకు మీరు లోబడి ఉండాలి. ఎప్పుడూ ప్రశాంతంగా ఉండాలి - మధ్యేమార్గాన్ని ఎప్పడూ విడిచి పెట్టకూడదు. విపరీతమైన శ్రమపడుతూ మీరు మీ ప్రయత్నాన్ని చేస్తూ ఉంటే ఏ ఫలితాలను ఆశించి మీరీ ప్రయత్నాన్ని చేస్తున్నారో ఆ ఫలితాలను గురించి కూడా ఆలోచించలేని పరిస్థితిలో ఉంటారు. మితి మీరి శ్రమపడవద్దని మధ్యేమార్గం మనకు చెబుతుంది. అరణ్యాన్నే తీక్షణంగా చూస్తూ ఉంటే మీ కళ్ళకు కలప కనిపించదని మధ్యేమార్గం చెబుతుంది! అలాగని మీరు సోమరిపోతులైపోకూడదు. సోమరితనం మిమ్మల్ని ఆవరిస్తే ఏ పనులూ జరుగవు. ఈ రెండు చివరల మధ్యా ఉన్న ఓ సవ్య మార్గాన్ని మీరు ఎన్నుకోండి. అప్పడు చురుకుగా అభివృద్ధి చెందడాన్ని మీరు గమనించి తీరుతారు. చాలామంది తమ పనిని పూర్తి చేసేందుకు బానిసల్లాగా పనిచేస్తూనే ఉంటారు. వీళ్ళ శక్తిలో చాలాభాగం "ప్రయత్నం" మీదే ఖర్చు అయిపోతుంది తప్ప దేన్నీ వీళ్ళు సాధించలేరు. "ఓ చిన్న 'గేర్'లో భయంకరమైన చప్పడు చేస్తూ పెట్రోలును తగలేస్తూ వెళ్తున్న కారు లాంటిదే వీళ్ళ సాధన" అని గ్రహించండి.

ఏ కోరికనైనా తీర్చుకోగల శక్తి, దురదృష్టవశాత్తూ, అందరికీ ఉంటుంది. కొన్ని ప్రకృతి ధర్మాలను - మీకు "రహస్యవిధులు" అనే మాట నచ్చితే దాన్ని కూడా వాడచ్చు-చాలా సులభంగా ఆచరించడానికీ వీలయిన కొన్ని సూత్రాలను పాటిస్తే మీకు విజయమూ, సంపదా కూడా లభిస్తాయి. ఈ పాఠ్యాంశాలన్నింటి ద్వారా ఈ 'గూఢవిద్య'లన్నింటిలోనూ అంతర్లీనంగా అల్లుకుని కొన్ని హేతుబద్ధమైన సిద్ధాంతాలూ, నియమాలూ ఉంటాయనీ, నిజానికి "గూఢవిద్య"లంటే సాధారణంగా మనకు తెలియని విషయాలేననీ, మర్మాలు ఏవీ ఇందులో లేవనీ నిరూపించే ప్రయత్నాన్నే మేము చేశాము.

ఈ ఆశయంతోనే మీ కోరికలు తీరేందుకు మీరేం చెయ్యాలో ఇప్పుడు చెబుతున్నాము !

"కోరికలు తీరే పద్ధతి" అంటే మా ఉద్దేశ్యంలో "ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధిని సాధించాలని మనం చేసుకునే సంకల్పాలు" అని అర్థం, పై జన్మలో మన ఆధ్యాత్మిక సంపదను పెంచుకునే కోరికలని అర్థం. పది లక్షలో ఇరవై లక్షలో సంపాదిస్తే బాగానే వుంటుంది, నిజమే ఆ మాటను ఒప్పుకుంటాం, కానీ, ఇంకొక జన్మకు పనికిరాలేని ఈ లక్షలన్నీ మనల్ని పట్టి బంధించి ఉంచే ఉచ్చులుగా మనం భావించాల్సి ఉంటుంది. ఈ భూలోకవాసం అశాశ్వత మైనది. ఇంకో జన్మలో మన జ్ఞాన సంపదను పెంచే కార్యాలనే ఇక్కడ మనం నిర్వర్తించాలనే మా ఉపదేశాన్ని మీరు గ్రహించాలి. కాబట్టి ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధిని సాధించడమే మన ఆకాంక్షగా ఉండాలి. ఏ వినయం వల్ల మనం ఉన్నతిని సాధిస్తామో ఆ వినయాన్నీ, నమ్రతనూ, "అతి వినయం" ఏది కాదో దాన్ని మనం అలవరచుకోవాలి.

విశ్వమంతా చైతన్యంతో నిండి వుంది. జీవం అంతా ప్రకంపనే. మృత్యువులో కూడా ప్రకంపనలే ఉంటాయి. మృత్యువు వల్ల నశిస్తున్న కణాలన్నీ నిరంతరం అనేక సమ్మిశ్రనాలుగా రూపాంతరం చెందుతూనే ఉన్నాయి. బిగించి కట్టబడి ఉన్న ఓ పగ్గం మీది మన నడక స్థిరంగా ఉండే అవకాశం లేదు. ఈ త్రాటిమీద నడక నిలకడగా ఉండదు. ముందుకైనా వెళ్ళిపోతూ ఉండాలి, వెనక్కయినా వచ్చేయాలి ఈ రెండు పద్ధతులే తప్ప ఒకే చోట్లో నిశ్చలంగా నిలబడి ఉండడం మాత్రం అసాధ్యం. మనం మన ప్రయత్నాన్ని ఆధ్యాత్మికంగా ముందుకు వెళ్ళడానికే చెయ్యాలి. కరుణ, సానుభూతులు మనకు ఎక్కడ వృద్ధిచెందుతాయో ఆచోట్లకే వెళ్ళాలి. సరే - ఇక మీ కోరికలు ఎలా తీరుతాయో ఆ పద్ధతి గురించి వినండి.

మన మనస్సుకు పనిచేసే అవకాశాన్ని కలిగిస్తే, మనం దేన్ని కోరుకుంటామో దాన్నే మనకు ఆ మనస్సు అందిస్తుంది. "అచేతన మనస్సు"లో అనంతమైన శక్తులు ఉన్నాయి. అచేతనపు మనస్సును అందుకునే విధానం మాత్రం చాలామందికి నేర్పింపబడలేదు. మనం

చైతన్యంలో పదోవంతు భాగాన్ని మాత్రమే ఉపయోగించు కుంటున్నాం. అచేతనపు మనస్సును కూడా మన స్వాధీనంలోకి మనం తెచ్చు కోగలిగితే ప్రాచీన ప్రవక్తల్లా మనమూ ఎన్నో అద్భుతాల్ని సాధించవచ్చు.

ఓ ఖచ్చితమైన నిర్ధిష్టత లేకుండా దేనికోసమో ప్రార్థించడం నిరర్థకం. మతి లేకుండా చేసే ప్రార్థనలో అర్థంలేని మాటలే ఖాళీగా ధ్వనిస్తూ ఉంటాయి. అందువల్ల ఫలితాలు కూడా శూన్యంగానే ఉంటాయి. మీ మెదడుకు పని పెట్టండి. మీ మనస్సును ఉపయోగించండి; మీ అచేతన మనస్సును మీ అదుపులోకి తెచ్చుకుని దాని సర్వశక్తులనూ వినియోగంలోకి తెచ్చుకోండి. కానీ, అతిక్రమించగూడని కొన్ని నిబంధనలను మాత్రం అవశ్యం పాటించి తీరాలి. మొట్టమొదటగా మీ కోరిక ఏమిటో స్పష్టంగా నిర్ణయించుకోండి. మీ కోరిక ఏమిటో మీకు ఖచ్చితంగా తెలిసి ఉండాలి. మీకు ఏం కావాలో అడిగితీరాలి. మీ కోరిక స్వరూపం మీకు కనిపించి తీరాలి. మీకు ఏం కావాలి? బోలెడు డబ్బుకావాలని అడిగితే కుదరదు. ఓ కొత్త కారో, కొత్త మొగుడో పెళ్ళామో కావాలని అడిగితే కుదరదు. మీకోరిక ఏమిటో స్పష్టంగా నిర్ణయించి అడగాలి. మీ ఆలోచనలలో మీ కోరిక స్వరూపం మీకు స్పష్టంగా కనిపించి తీరాలి - ఆ స్వరూపాన్ని పారిపోకుండా స్థిరంగా మీ లక్ష్యంగా ఉంచుకోండి. మీరు వివేకవంతులైతే మాత్రం డబ్బునూ, ఐహిక వస్తువులనూ అభిలషించరు - ఓ గాంధీలాగానో, ఓ బుద్ధుడిలాగానో, ఓ క్రీస్తులాగానో, ఓ సెయింట్ పీటర్‌లాగానో మరో ఇంకెవరయినా సన్యాసి లాగానో ఉండాలని మాత్రం కోరుకుంటారు. మీ వెంట తీసుకువెళ్ళగలిగిన, ఇంకో జన్మలోకి కూడా మిమ్మల్ని అనుసరించే సచ్ఛీలతా, జ్ఞానసంపదా, పుణ్యంకోసమే మీ ప్రయత్నాలను చేస్తూ ఉంటారు.

మీకు ఏంకావాలో మీరు పూర్తిగా నిశ్చయించుకున్న తరువాత మీరు రెండో అంకంలోకి వస్తారు. మేము ఇదివరకు మీకు చెప్పినట్లుగా - మీరు "ఇస్తేనే పుచ్చుకోగలరు". మీరేం ఇస్తారు? కొంత డబ్బుకావాలని మీరు కోరుకుంటూ ఉన్నట్లయితే (ఆ డబ్బు ఎంతో మీరు ఖచ్చితంగా చెప్పాలి) అందులోంచి ఓ 'టిత్' (tithe)ను అంటే పదవవంతు డబ్బును, ఇచ్చేందుకు

మీరు సిద్ధమేనా? మీలాంటి మంచి స్థితిలో లేని అభాగ్యుల కోసం మీరు సహాయం చెయ్యడానికి ఒప్పు కుంటున్నారా? - "సరే, నాకు ఓ లక్షవస్తే, పదివేలు ఇస్తానులెండి" అని చెప్పడం నిరర్థకం. లక్ష మీ చేతిలో వచ్చిపడకముందే మీరు కష్టాల్లో వున్నవాళ్లను ఆదుకుంటూ ఉండడాన్ని ప్రారంభించి ఉండాలి. సంతోషంతో సహాయాన్ని ఇతరులకు మీరు అందించగలుగుతున్నారంటే "ఇచ్చి-పుచ్చుకో" అనే సూక్తి అర్థాన్ని సంపూర్ణంగా అనుభవిస్తున్నట్లే లెక్క. మళ్లీ ఇంకోసారి చెప్పుకుందాం. మీ కోరిక యొక్క లక్ష్యం నిర్దిష్టంగా, స్పష్టంగా ఉండితీరాలి. ఇక మూడో అంకం గురించి తెలుసుకుందాం. మీకు ఆ క్రొత్త కారో, క్రొత్త మొగుడో, క్రొత్త పెళ్ళామో ఎప్పుడు కావాలి? "ఎప్పుడో భవిష్యత్తులో కావాలి" అని చెప్పకోవడం కూడా నిష్ఫలం - నిరర్థకం. అదే విధంగా "వెంటనే కావాలి! ఇప్పడే కావాలి!" అని చెప్పకోవడం కూడా అవివేకమే - ఎందుకంటే ప్రకృతి ధర్మాన్ని మీరు ఉల్లంఘించకూడదు గనుక. ఏ దేవుడికీ ఓ బంగారు ఇటుకను, నిరీక్షిస్తున్న మీ దోసిలిలోకి పడేలా ఇప్పడే పడేయడం కుదిరేపని కాదు కాబట్టి. ఒకవేళ పడినా మీ చేతుల్తో దాన్ని పట్టుకోవడం కూడా అవివేకమే - ఎందుకంటే ప్రకృతి ధర్మాన్ని మీరు ఉల్లంఘించకూడదు గనుక. ఏ దేవుడికీ ఓ బంగారు ఇటుకను, నిరీక్షిస్తున్న మీ దోసిలిలోకి పడేలా ఇప్పడేపడేయడం కుదిరేపని కాదు కాబట్టి. ఒకవేళ పడినా మీ చేతుల్తో దాన్ని పట్టుకోవడం కుదిరే పని కాదు. మీ పాదాల మీద ఆ బరువు పడి కాళ్ళు చితికి పోవచ్చు బహుశా! - ఇది సంభవమే! మీరు నిర్ణయించుకునే కాల పరిమితి కూడా హేతుబద్ధంగానే భౌతిక ధర్మాలకు అనుగుణంగా ఉండి తీరాలి. కాబట్టి ఫలానా సంవత్సరం, ఫలానా నెలలో మీకు ద్రవ్యం లభిస్తుందని అనుకోవడం సబబుగా ఉంటుంది. మరో ఐదు నిమిషాల్లో ఓ సంపద మీ చేతిలోకి వస్తుందని ఊహించడం ప్రకృతి ధర్మాలకే విరుద్ధం - మీ ఆలోచనాశక్తి కూడా నిరర్థంగా క్షీణిస్తుంది.

మీ ధ్యేయాన్ని సాధించేందుకు మీరేం చేయబోతున్నారు? ఓ ఉదాహరణ కోసం - మీకో కారు కావాలని కోరుకుంటున్నారు అనుకోండి. సరే, ఇంతకూ మీకు కారు డ్రైవింగ్ వచ్చా? రాకపోతే మీరు కారును కోరుకోవడంలో ఏమయిన అర్థం ఉందా? కాబట్టి మీకు కారు కావాలని

దృఢమైన కోరిక ఉంటే ముందు కారు నడపడం నేర్చుకోండి. తరువాత మీకు ఎలాంటి కారు కావాలో ఓ నిర్ణయాన్ని తీసుకోవచ్చు. అలాగే పెళ్లికోసం మీరు తహ తహలాడుతుంటే ముందుగా మీరు ఎందుకోసం పెళ్లి చేసుకోవాలనుకుంటున్నారో మీ అర్హతలేమిటో, ఇచ్చి పుచ్చుకునే స్వభావం మీకుందో లేదో అర్థం చేసుకోండి. సంసారంలో తగిన భాగస్వాములుగా మీరు ఉండగలరో లేదో తెలుసుకోండి. మీ వంతు పాత్రనూ, మీ వంతు కర్తవ్యాన్నీ మీరు సక్రమంగా నిర్వర్తించగలరో లేదో గ్రహించుకోండి ఇంకొకరిని మీరు భాగస్వామిగా చేసుకోవాలంటే వాళ్లకు మీరు తగిన భాగస్వామిగా ఉండాలి కదా. "పెళ్లి" అంటే మీరు ఏమీ ఇవ్వకుండా, అంతా లాక్కునే వ్యవస్థ కాదు. పెళ్లాడిన తరువాత మీరు ఓ వ్యక్తిగా ఉండలేరు. ఇద్దరి సంతోషాలూ, ఇద్దరి కష్టాలూ, ఇద్దరి సమస్యలూ మీవే అవుతాయి. శారీరకంగా, మానసికంగా, ఆధ్యాత్మికంగా మీరు సరయిన స్థితిలో ఉంటేనే ఇంకొకళ్లకి మీరు చక్కటి భాగ్యస్వాములు కాగలరు. సహజీవనం సాగించగలరు.

ఇప్పడు చివరి అంకంలోకి మనం అడుగుపెడుతున్నాం. నోటిమాట కన్నా చేతివ్రాత చాలా గొప్పది. ఈ రెండూ ఒక్కచోట్లో కలిసి ఉంటే ఎదురులేని జంటగా ఇవి ఏర్పడి ఉంటాయి. మీకు ఏం కావాలో వ్రాయండి. ఎంత క్లుప్తంగా వ్రాస్తే అంత మంచిది. ఎంత స్పష్టంగా వ్రాస్తే అంత మంచిది. మీకేం కావాలో మీకు తెలుసు కనుక ఆ కోరిక ఏమిటో స్పష్టంగా వ్రాయండి. మీకు ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధి కావాలా? ఈ విషయంలో మీకు మార్గదర్శి ఎవరు? ఆ వ్యక్తి గుణగణాల గురించీ వ్రాయండి. మీకు డబ్బు కావాలా? మీకు ఎంత కావాలో వ్రాయండి. వ్రాతపూర్వకంగా మీరు ఇంకొకళ్ళకు సహాయం చెయ్యగలమనీ పదోవంతు దానం చేస్తామనీ వ్రాయండి. ఇదంతా స్పష్టంగా వ్రాసిన తరువాత చివర్లో "నేను యిస్తాను; తీసుకోవడం నాకు ప్రాప్తించవచ్చు". అనే మాటను వ్రాయండి. ఆ డబ్బును సంపాదించేందుకు ఏ పనులు చెయ్యదలచుకున్నారో కూడా చివరలలో వ్రాయండి. ఉత్తినే కూర్చుంటే మీకు ఏదీ రాదని గ్రహించండి. తీసుకున్న ప్రతి వస్తువుకూ తగిన మూల్యాన్ని ఏదో ఒక రూపంలో మనం చెల్లించాల్సి వుంటుందని మరచిపోకండి. "ఉచితంగా ఏదీ మనకు లభించదు" అని తెలుసుకోండి. అనాయాచితంగా

మీకో వంద డాలర్ల డబ్బు ప్రాప్తించిందనుకోండి. ఆ వంద డాలర్లకు సరిపోయే పనిని తప్పక చేయవలసి ఉంటుంది. ఇంకొకళ్ళ సహాయాన్ని మీరు కోరాలనుకునే ముందే ఇంకొకళ్ళకు మీరు సహాయాన్ని చేసి తీరాలి.

ఇదంతా మీరు వ్రాసి ఉంచుకున్నారని మేము భావిస్తున్నాం. ఈ మాటలన్నింటినీ మీలో మేరే రోజుకు మూడుసార్లు బిగ్గరగా చదివి వినండి. మీ గదిలో ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడు మీరు గట్టిగా ఈ విషయాలను మీలలో మీరే చదివితే మీకు ఎంతో శక్తి వస్తుంది. మీ పడక గది లోంచి మీరు బయటకు వచ్చే ముందు ఒకసారి చదవండి. మధ్యాహ్నం లంచ్ చేస్తున్నప్పుడు ఓ సారి చదవండి. రాత్రి మీరు పడుకోబోయే ముందు మూడోసారి దాన్ని చదివిపడుకోండి. ముమ్మార్లు మీ నిశ్చయాల్ని ఓ మంత్రంలాగా మీరు కావాల్సిన కారో, డబ్బులో మీ వద్దకు వస్తున్నట్లు ఊహించండి. ఆ డబ్బో, వస్తువో మీ వద్దకు వచ్చేసినట్లు ఊహించండి. ఎంత తీవ్రంగా స్పష్టంగా మీర ఊహించగలిగితే అంత త్వరగా మీ కోరికలు సిద్ధిస్తాయి. "ఇది పనిచేస్తే బావుణ్ను. అది నాకు లభిస్తే బావుణ్ను - రాదేమోనని నా అనుమానం" - ఈ పద్ధతిలో మీ ఆలోచనలు సాగితే మీ మంత్రాన్ని ఈ మాటలు బలం లేకుండా చేసేస్తాయి అందువల్ల ఎప్పడూ మీ ఆలోచనలు ఎప్పడూ నిర్మాణాత్మకంగానే సాగుతూండాలి. ఇలా కొంతకాలం చేసేసరికి మీ అంతరంగంలోకి, మీ అచేతనపు మనస్సులోకి ఈ కోరిక బాగా నాటుకుంటుంది. మీ చేతనత్వపు మనస్సు కన్నా మీ అచేతన చైతన్యం తొమ్మిది రెట్లు తెలివైనది. ఏమీ అచేతన మనస్సుకు ఉత్సాహం కలిగించగలిగారంటే మీకు దాన్నుంచి సహాయం రావడం ప్రారంభ మవుతుంది. మీరు ఊహించిన దానికంటే ఎక్కువ సహాయమే మీకు లభించి తీరుతుది. ఒక వ్యక్తి కొంత డబ్బును కష్టపడి సంపాదించిన తరువాత మరీ కష్టపడకుండానే మరింత డబ్బులు సులభంగా అతని వద్దకు వచ్చి చేరుతాయిని చాలాసార్లు నిరూపించబడి ఉంది. డబ్బులు ఎక్కువైన కొద్దీ మరింత డబ్బులు అక్కడికి - అయస్కాంతం దగ్గరికి ఇనుములాగా - ఆకర్షింపబడుతూ ఉంటుంది!

ద్రవ్యార్జన కన్నా గొప్పవైన విషయాలు ఉన్నాయని మీకు మళ్ళీ మళ్ళీ మేము గుర్తుచేసున్నాం. మరుజన్మలోకి ఎవ్వరూ ఒక్కపైసా కూడా తీసుకెళ్ళలేరనే సత్యాన్ని మమ్మల్ని మళ్ళీ చెప్పనీయండి. మీ వద్ద ఎంత ఎక్కువ డబ్బుంటే అంత ఎక్కువ డబ్బును మీర భూమి మీదే వదిలి పెట్టిపోవాల్సి వస్తుంది. ఎంత ఎక్కువ ద్రవ్యాన్ని మీరు ఆర్జిస్తే అంత మిమ్మల్ని మీరు పాడుచేసుకుంటారు - అంతగా ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతిని సాధించడం మీకు కష్టమవుతుంది. పరులకు ఎంత మేలు మీరు చెయ్యగలుగుతారో అంతే శ్రేయస్సును మీరు మీతో బాటు తీసుకుని వెళ్ళగలరు. భూమి మీద జీవితం ఎంతో కఠినం. జీవితంలోని నిజమైన విలువలను విస్మరించి జీవించడం నిజంగా అత్యంత కఠినం. ఇప్పటి మనుష్యులు అందరూ "ద్రవ్యార్జనే జీవిత ధ్యేయం" అనుకుంటూ ఉంటారు. తిండికీ, బట్టకూ, ఓ నీడకూ మాత్రమే తగినంత సంపాదన చేస్తే జీవితానికి అంతకంటే ఎక్కువ అవసరం లేదు. కానీ అధ్యాత్మికంగా ఎంత సంపాదించినా తనివి తీరదు. ఆలోచనల పరిపూర్ణత్వాన్ని సాధించడం అంత సులభమేమీ కాదు. మనం పూర్తి సహాయం ఎవ్వరికీ చెయ్యలేము ఎందుకుంటే అందువల్ల మనకే బోలెడు మేలు చేకూరుతూ ఉంటుంది కాబట్టి!

ఈ పాఠాన్ని మీర మళ్ళీ మళ్ళీ చదవండి. ఇప్పటివరకూ వచ్చిన పాఠాలన్నింటిలోనూ ఈ పాఠం బహుగొప్పది కావచ్చు. ఇందులోని మార్గదర్శక సూత్రాలను మీరు స్మరిస్తూ ఆచరణ చేయగలిగితే "మీ కోరికలు అన్నింటినీ మీరు సిద్ధించుకోవచ్చు. మీ కోరిక ఏమిటి? ఇష్టాయిష్టాల్లో ఓ నిర్ణయాన్ని మీరే తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఒక గమనిక: డబ్బు - విజయం కావాలా? అన్నీ పొందండి - మేలు చేసే నైజం కావాలా? అయితే దుర్భరమైన దరిద్రాన్ని మీరు అనుభవించాల్సి రావచ్చు. ఈ "దరిద్రం" అనేది "అనంతాకాశంలో తేలియాడే ఓ దుమ్ముకణం" మాత్రమేనని మీరు గుర్తుంచుకుంటే చాలు. ఈ క్షణికమైన భూవాసం తరువాత నిత్య సత్యం మీ అనుభవంలోకి వస్తుంది. మీ అధ్యాత్మసంపదే అక్కడ మీకు "ద్రవ్యం"గా పనిచేస్తుంది. ఈ భూమి మీది సంపదలూ, డబ్బులూ ఏవీ "అక్కడ" చెల్లవు. నిర్ణయం ఇక మీదే!

ఇరవైమూడవపాఠం

ఊహాశక్తి

కొన్ని పదాలకు అసలు అర్థం మరుగై విపరీతార్థాలు కల్పింపబడి ఉండడం నిజంగా దురదృష్టకరం. అనేక పదాలకు చక్కటి వర్ణనాశీలమైన అర్థాలు ఉంటాయి - అన్ని భాషలకూ ఇది సహజం - కానీ ఈ పదాలను విపరీతార్థాలతో వాడబడుతూ ఉండడం వల్ల - కొన్ని శతాబ్దాలు సమయం తరువాత సరిగ్గా వ్యతిరేకార్థం దానికి ఆపాదింపబడి జనామోద ముద్ర పడిపోయి ఉంటాయి.

ఇంగ్లీషు భాషలోని mistress అనే పదాన్ని ఉదాహరణగా తీసుకోండి. మన తాతల నాటి తరాల వరకూ ఈ పదానికి మంచి అర్థమే, గౌరవప్రదమైన - "భార్య" అన్న అర్థమే - ఉండేది. "ఇంటి యజమానురాలు", "ఓ పురుషుడికి సహధర్మచారిణి" అనే అర్థమే ఉండేది. ప్రస్తుతం ఈ మాటకు అర్థం ఓ "ఉంపుడుకత్తె" అని. గౌరవప్రదమైన అర్థంతో పోల్చి చూస్తే ఇప్పటి అర్థం ఎంత హేయకరమైందో మనం అర్థంచేసుకోవచ్చు.

మనం ఇలాంటి స్త్రీలనూ, పురుషులనూ గురించి మాట్లాడ దలచుకోలేదు. ఈ పాఠంలో పై ఉదాహరణలో సూచించబడినట్లు అర్థం మారిపోయి వున్న మరో పదం గురించి మనం చర్చించుకుందాం.

"Imagination" అన్న పదానికి ప్రస్తుతం ఆపాదించబడుతున్న అర్థం కూడా పై ఉదాహరణలో లాగానే ఓ అపకీర్తిని స్పష్టం చేస్తోంది. "Imagination" అంటే "భావన", "ఊహ" అని అర్థం. ప్రాచీనకాలంలో ఊహాత్మక స్వభావం

ఉన్నవాళ్లను సున్నిత భావనలను చేయగలవాళ్లనీ, కవులనీ, సంగీతాన్నీ కవిత్వాన్నీ సృజించగల వాళ్లనీ అనుకుంటూ గౌరవించే వాళ్ళు. నిజానికి చక్కటి ఊహాత్మక స్వభావమే లేకపోతే నాగరికులే వుండరు! ఇప్పటి వాడుకలో ఈ పదానికి వినిపించే అర్థం ఏమిటంటే 'హిస్టీరియా' జబ్బుతో నాశనమైపోయి బ్రతుకుతున్న ఓ స్త్రీ తన "ఊహల" వల్లే పాడయిందని, మానసిక పతనం చెందిన వాళ్ళు కూడా ఈ ఊహల్లోనే ఉంటారని ప్రస్తుతం అర్థం చెప్పబడుతోంది. ఓ వ్యక్తి తన అతీంద్రియ అనుభవాల గురించి చెబుతున్నాడనుకోండి. వినేవాళ్ళు దాన్ని తేలిగ్గా కొట్టిపారేసి "ఇదంతా నీ ఊహా! ఇదంతా ఒట్టి భ్రమే! పిచ్చి పిచ్చిగా మాట్లాడకు" అనేస్తూ ఉంటారు! కాబట్టి 'భ్రమ' అనే అర్థంతో జత చేయబడి ఈ "ఊహ" Imagination - అనే పదం వినిపిస్తోంది.

"ఊహా" అనే మాటకు ప్రస్తుతం గొప్ప గౌరవం లేదు. ఆధ్యాత్మిక విద్యలకు సంబంధించిన అనేక అనుభవాలను ఆవరించి ఉన్న అజ్ఞానపు పొరల్ని ఛేదించేందుకు ఉపయోగపడే ఏకైక సాధనం ఈ "ఊహా!" ఇచ్ఛాశక్తి (Will power) కి, ఊహకూ యుద్ధం జరిగితే చివరికి ఊహే గెలుస్తుందని తెలివైన వాళ్ళు చెబూతూ ఉంటారు. చాలామంది తమకున్న ఇచ్ఛాశక్తిని గురించీ, దేనికీ భయపడని తమ ధైర్య స్వభావం గురించి చెప్పకుని గర్విస్తూంటారు. వినేవాళ్ళు విసుక్కుంటూ ఉంటే తమ 'విల్ పవర్'తో తాము ఏ పనినైనా చెయ్యగలమని ప్రజ్ఞలను పలుకుతూ ఉంటారు. నిజానికి ఊహాశక్తి యొక్క సహకారం లేకపోతే ఇచ్ఛాశక్తితో తాము ఏమీ సాధించలేరని వాళ్లకు తెలియదు. ఏదో ఒక సమయంలో ఇచ్ఛాశక్తి ఎక్కువ అవసరం ఉంటుందని ఊహాశక్తిని నమ్మించి ఉండడం వల్ల రూపుదిద్దుకున్న సంఘటనల్నే వీళ్ళు బడాయిగా చెప్పకుంటారు. ఇచ్ఛాశక్తి కంటే ఊహాశక్తే గొప్పది. ఊహాశక్తి కన్నా గొప్ప శక్తి ఏదీ లేదు.

ఊహాశక్తి సహకారం లేకపోతే ఒట్టి ఇచ్ఛాశక్తితోనే పనులు జరుగుతాయేమో ననే అపోహ మీకు ఇంకా తొలగిపోకుండా ఉందా! అయితే ఇది గమనించండి ఊహాత్మకమైన ఓ ఉదాహరణని పరీక్షిద్దాం - ఆధునికంగా పనిచేసే పద్ధతి ఇదే కదా!

జన సంచారం, వాహన సంచారం లేని ఓ వీధిని ఊహించండి. ఈ వీధి పూర్తిగా మనకోసమే అలా, నిర్మానుష్యంగా, 'ట్రాఫిక్' కూడా ఏమీ లేకుండా ఉందని అనుకోండి. ఈ వీధి ఇవతలి ప్రక్కనుంచి, అవతలి ప్రక్కవరకు మనం "పెయింట్"తో రోడ్డు మీద ఓ రెండు లేక (మీకు మూడు అడుగుల ప్రదేశం నచ్చితే) మూడుడుగుల వెడల్పు ఉండేట్టు ఓ పట్టీని మనం గీశామని అనుకోండి. ఇప్పుడు మీరు ఆ పట్టీ మీద ఈ చివర్నుంచి ఆ చివరి వరకూ రోడ్డుకు అడ్డంగా నడవాలి. ట్రాఫిక్ సమస్య ఏమీ లేదు. కాబట్టీ, ఎవ్వరూ మిమ్మల్ని గమనించడం లేదు. కాబట్టీ ఇటువైపు 'ఫుట్‌పాత్' మీద నుంచి పట్టీ మీదకు దిగి రోడ్డు ఆ ప్రక్క వరకూ నడిచి అటువైపున్న 'ఫుట్‌పాత్' మీదకి మీరు చేరుకోవడం చాలా సులభమని మీరు ఒప్పకుంటారు కదూ? ఇలా నడవడం వల్ల మీరు శ్వాస తీసుకునే పద్దతి వేగం ఏమాత్రం పెరగదనీ, గుండె ఓసారి ఆగిపోయి మళ్ళీ కొట్టుకోవడం ప్రారంభిస్తుందనీ అనుకునే అవకాశం ఇక్కడ ఎంతవరకూ లేదని ఒప్పకోవడానికి మీకేం అభ్యంతరం లేదు కదా!

ఈ 'పెయింట్' చెయ్యబడ్డ మూడడుగుల వెడల్పున్న పట్టీ మీద ఏ మాత్రం భయం మీకు కలుగకుండా మీరు నడచివెళ్ళగలరు! ఎందువల్లనంటే మీ కాళ్ళ క్రింద రోడ్డు మాయమైపోయే అవకాశం ఏదీ లేదు! మీ కాళ్ళ క్రింద నేల క్రుంగిపోదు! ఉన్నట్టుండి ఓ భూకంపం వస్తే తప్ప లేక ఉన్నట్టుండి ఓ భవనం నెత్తి మీద కుప్ప కూలిపోతే తప్ప మీకే ప్రమాదమూ రాదని మీకు ఖచ్చితంగా తెలుసు ఒకవేళ ఎందుకో మీరు తొట్రు పాటు పడి రోడ్డు మీదకు పడినా మీరు ఎంత పొడవుగా ఉన్నారో అంత ఎత్తు నుంచే బహూశా క్రింద పడగలరు. పెద్ద ప్రమాదం ఏమీ జరగదు.

మనం ఇప్పడు ఈ వీధి దృశ్యాన్ని కొద్దిగా మారుద్దాం. ఇంకా మనం ఈ వీధిలోనే ఉన్నాం. ప్రక్కనున్న ఓ ఇరవై అంతస్థుల ఎత్తున్న భవనం వైపు మనం నడక సాగిద్దాం. ఓ "లిఫ్టు"లో నుంచుని ఆ భవంతి పైకప్ప మీదకు చేరామనుకోండి. సరిగ్గా మనం నుంచుని ఉన్న చోటుకు ఎదురుగా రోడ్డు అవతలవైపు సరిగ్గా మన భవనం అంత ఎత్తే ఉన్న మరో ఇరవై అంతస్థుల

ఎత్తున్న భవంతి ఉండడం మనకు కనిపిస్తుంది కాస్త ముందుకు నడిచి క్రిందకు చూస్తే మనం రోడ్డు మీద గీసిన పెయింటే పట్టీ కనిపిస్తూనే ఉంటుంది. ఇప్పుడు మనకు వీధి వెడల్పు ఎంత ఉందో అంతకంటే పొడవైన, మనం పెయింట్ చేసిన పట్టీలాగే మూడు అడుగుల వెడల్పు ఉన్న ఓ బలమైన చెక్కను సంపాదించామనుకోండి. ఇప్పుడు మనం ఈ బలమైన చెక్కబల్లని మన బిల్డింగ్ నుంచి అవతలి బిల్డింగ్ మీదకు వంతెనలాగా అమర్చి ఏ మాత్రం కదలకుండా గట్టిగా బిగించేశామని అనుకోండి. ఇప్పుడీ చెక్క బల్ల ఏ కదలికా లేకుండా స్థిరంగా, బలంగా నిలబడి ఉందని తెలుసుకోండి. ఈ చెక్కను మనం బాగా పరీక్షించి చూద్దాం, మన కాళ్ళకు అడ్డొచ్చే ఇబ్బంది ఏదీ ఈ చెక్క మీద లేదని మనం నిర్ధారణ చేసుకుందాం.

ఇందాక మీరు రోడ్డు మీద ఇటు నుంచి అటు వైపుకు ఎంతవెడల్పు ఉన్నపట్టీ మీద నడిచారో అంతే వెడల్పున్న ఈ చెక్క పట్టీ మీద ఈ బిల్డింగు నుంచి ఆ బిల్డింగ్ మీదకు చేరుకోగలరా? మీకే ప్రమాదమూ కలగదనీ, సులభంగా ఆ ప్రక్కకు మీరు నడిచి వెళ్ళవచ్చనీ మీ ఊహ చెబితే మీరు పెద్ద కష్టమేమీ పడకుండా ఈ చెక్క మీద నుంచి నడచి ఎదుట బిల్డింగ్ మీదకు సునాయాసంగా చేరుకోగలుగుతారు. మీ ఊహ మీతో సహకరించలేదనుకోండి. వెంటనే మీ నాడి కొట్టుకునే వేగం పెరిగిపోతుంది. గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడం ప్రారంభిస్తుంది. నడచి ఆ ప్రక్కకు వెళ్ళాల్సి ఉంటుందనే ఆలోచన రాగానే కడుపులో "సీతాకోక చిలుకలు" ఎగురుతున్న అనుభూతి కలుగవచ్చు. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుంది? ఇందాక రోడ్డు మీద మీరు సులభంగానే నడిచారు కదా? అదే వెడల్పున్న బలమైన, కదలని చెక్క మీద నడిచేందుకు మీకెందుకు భయం? ఈ భయానికి కారణం మీ ఊహాలే. మీ ఊహ పనిచేయడం ప్రారంభం కాగానే ఈ చెక్క మీద నడిచేందుకు మీకెందుకు భయం? ఈ భయానికి కారణం మీ ఊహాలే. మీ ఊహ పనిచేయడం ప్రారంభంకాగానే ఈ చెక్కమీద నడవడం చాలా ప్రమాదకరమైందనీ, కాలు ఏ మాత్రం జారినా ఆ చెక్క మీద నుంచి మీరు క్రిందకు, ఇరవై అంతస్తుల క్రింద ఉన్న ఫుట్‌పాత్ మీదకో రోడ్డు మీదకో

పడిపోయి నాశనమయిపోతారనీ మీకు మీ ఊహల ద్వారా అర్థమూ నందువల్లే మీరు ఆచెక్క మీద నుంచి నడవలేకపోతారు. "మీకేమీ భయం లేదు మీకు ఏమీ కాదు, ఫరవాలేదు నడవండి" అని ఎంత మంది మీకు ధైర్యం చెప్పినా లాభం ఉండదు. మీకెంత బలమైన ఇచ్ఛాశక్తి ఉన్నా ఈ భయం మాత్రం మీ నుంచి పోదు! ఇచ్ఛాశక్తిని మీరు మూర్ఖంగా శాసించాలని ప్రయత్నిస్తే ఓ భయంకరమైన వణుకు పుట్టుకు రావచ్చు. మీ ముఖం పాలిపోవచ్చు. శ్వాస కోసం మీరు రొప్పుతూ ఉండవచ్చు.

మన ఆత్మరక్షణ కోసం కొన్ని జాగ్రత్తలు మన శరీరంలో నిర్మితమై ఉన్నాయి. వీటి ప్రభావం వలన ఏ మనిషీ మూర్ఖంగా అపాయాన్ని కొని తెచ్చుకోడు. మనకు వచ్చే ఊహల సామర్థ్యమే మనలను భయపెట్టి చెక్క మీద నడవనీయకుండా మనల్ని ఆపి ఉంచుతుంది. ఎవరు ఎంత చెప్పినా మనకు భయం పోదు - ధైర్యం కలుగదు. "ఈ చెక్క మీద నడవడం చాలా సులువు" అని మీ ఊహల్లో మీరు అనుకోగలిగితేనే - చెక్క మీదకు ఎక్కి నిలబడి సులభంగా ఏ భయమూ లేకుండా అవతలి వైపుకు ఏ మాత్రం తొట్రుపాటు పడకుండా నడిచి వెళ్ళిపోతున్నట్లు స్పష్టంగా ఊహించుకోగలిగితేనే - ఈ చెక్క మీద మీరు నిజంగా నడవగలుగుతారు.

మన ఊహలు మనలను ఓ పనిని చెయ్యవద్దని చెబుతూ ఉంటే మనం మూర్ఖంగా మన 'విల్ పవర్'ని నమ్ముకుని ఆ పనిని ప్రారంభించామంటే మానసిక రుగ్మత, నరాల బలహీనత లేకపోతే పూర్తిగా మనం పడిపోయే పరిస్థితి రావచ్చు. ఎందుకంటే - ఈ మాటను మేము మళ్ళీ చెబుతున్నాము - ఇచ్ఛా శక్తికీ ఊహా శక్తికీ యుద్ధం జరిగితే ఊహా శక్తే విజయాన్ని సాధిస్తుంది కాబట్టి. మనలో అపాయపు హెచ్చరిక చేసే గంటలు గణగణా మ్రోగుతుంటే ఆ హెచ్చరికలను మనం పట్టించుకోకుండా మూర్ఖంగా కార్యసాధనకు పూనుకుంటే మన నాడీమండలమే దెబ్బ తింటుంది. మన ఆరోగ్యమే నాశనమవుతుంది.

కొంతమందికి రాత్రి పూట వొంటరిగా ఓ స్మశానం వైపు నుంచి నడవాలంటే చచ్చేంత భయం కలుగుతూ ఉంటుంది. ఎవ్వడైనా

బలవంతంగా అలా ఓ సమాధి ప్రక్కనుంచి అర్థరాత్రి వేళ అలా నడవాల్సి వస్తే వాళ్ళ తల లోపల చక్కిలిగిలి పుడుతున్నట్లు ఒళ్ళు జలదరించినట్లు అనిపించవచ్చు. జుట్టు లేచి నిలబడవచ్చు. అరచేతుల్లో చెమటలు పట్టవచ్చు. జ్ఞానేంద్రియాల వల్ల కలిగే ప్రతి అనుభవమూ అత్యంత తీక్షణంగా ఉండవచ్చు. ప్రతి అనుభవమూ అతిశయోక్తిగా అనిపించవచ్చు. ఏ దెయ్యమయినా కనిపిస్తే ఒక్క ఎగురు ఎగిరి రివ్వున పారిపోయేందుకు వీలుగా శరీరం చాలా చురుకుగా పనిచేస్తూ ఉంటుంది.

చేసే పని మీద ఇష్టం లేని వాళ్ళకూ, బలవంతం మీద పనులు చేస్తున్న వాళ్ళకూ అచేతన మస్తిష్కం నుంచి ఓ "పనిని తప్పించుకునే యంత్రాంగం" వెలికి వస్తూంటుంది. మన ప్రమేయం ఏమీ లేకుండా అచేతనంగా జరిగే ఈ యంత్రాంగ చర్యలు ఒక్కోసారి భయంకరమైన ఫలితాలను సృష్టిస్తుంటాయి. ఒక విధంగా ఇది "కీడులోమేలు" అని అనుకోవచ్చు. ఎందుకంటే, కొన్ని హెచ్చరికలను మనం పట్టించుకోకుండా ఉన్నట్లయితే మానసిక ఆరోగ్యం పూర్తిగా దెబ్బతింటుంది. ఒక యదార్థ సంఘటనను మేము మీకు ఇక్కడ చెప్పదలచుకున్నాం. ఇది మా ప్రత్యక్ష అనుభవం; గమనించండి:-

మాకు తెలిసిన ఒకాయన ఎక్కువ నుంచునే పనిచేస్తూ ఉండేవాడు. లెడ్జర్లలో లెక్కల్ని వ్రాస్తూ ఉండడమే ఆయన చేస్తూన్న ఉద్యోగం. ఇలాంటి పనిని కూర్చుని చేసే కంటే నుంచుని చేస్తేనే సుఖంగా ఉంటుంది. ఈయన పనిని చక్కగా నిర్వర్తించేవాడు. కానీ, ఈయనకు ఓ అర్థం లేని భయం ఉండేది - తాను చేస్తున్న లెక్కల్లో ఎప్పుడో ఒక తప్పు జరగొచ్చనీ - అప్పుడు అందరూ తనని "కంపెనీలో తప్పు లెక్కలు వ్రాసి డబ్బులను దొంగిలించి మోసం చేస్తున్నట్టు" నిందిస్తారేమోననీ. నిజానికి ఈయన చాలా నిజాయితీతో శ్రద్ధగా పని చేసే స్వభావం గల మనిషి. నిజాయితీ మూర్తీభవించినట్లు ఉండేవాడు. హోటల్లోని 'అగ్గిపుల్ల'ను కూడా తీసుకెళ్ళేవాడు కూడా. బస్సులో ఎవరైనా న్యూస్ పేపరు వదిలేసి లేచిపోయినా ఆ పేపరును కూడా ముట్టుకునేవాడు కాడు. తన నిజాయితీ గురించి

యజమానికి తెలియదేమోనని అనుకుని విపరీతంగా దిగులుపడి పోతూ ఉండేవాడు.

ఇలా అనేక సంవత్సరాల పాటు అంతులేని భయాన్ని తనలో నింపుకుని ఈయన పనిచేస్తూ గడిపాడు. 'వేరే ఉద్యోగం చూసుకుంటే బాగుంటుందా?" అని తన భార్యతో చర్చలు జరిపాడు కానీ ఆమె "వీల్లేద"ని ఖచ్చితంగా చెప్పేసింది. విధిలేక ఆ ఉద్యోగంలోనే కొనసాగుతున్నాడు. చివరికి ఈయన ఊహాశక్తి పనిచేయడం ప్రారంభించింది. మొదట్లో ఈయనకి జీర్ణకోశంలో 'అల్సర్లు' వచ్చాయి. జాగ్రత్తగా మందులు వాడి, భోజన పద్ధతులు మార్చుకుని ఆ అల్సర్లను పోగొట్టుకోగలిగాడు. మళ్ళీ తన డెస్కు ముందు నుంచుని పనిచేయడం కొనసాగించసాగాడు. ఒకరోజు ఉన్నట్టుండి ఓ అద్భుతమైన ఆలోచన అతడికి కలిగింది - తాను నుంచోలేకపోతే పనిచెయ్యలేని పరిస్థితి వచ్చేస్తుంది కాబట్టి ఈ ఉద్యోగం నుంచి తప్పుకోవచ్చునని!

కొన్ని వారాల్లోనే ఆయన పాదం మీద ఓ వ్రణం ఏర్పడింది. ఎలాగో నొప్పిని ఓర్చుకుంటూ, కుంటుకుంటూ వెళ్ళేవాడు. కానీ, చివరికి ఆ పుండు పెద్దదైపోయి ఈయన్ని పరుపు మీదకి నెట్టి సంపూర్ణ విశ్రాంతి స్థితికి తీసుకువెళ్ళింది. ఈ విశ్రాంతి వల్ల పుండు మానిపోయి మళ్ళీ ఆఫీసుకు దారితీశాడు. అచేతనంలోని మనస్సు మాత్రం ఈయన్ని తెగవేధిస్తూ ఉండేది. ఆ అచేతనపు మనస్సులో, బహుశా ఈ విధంగా ఆలోచనలు వచ్చి ఉండవచ్చు. "అమ్మయ్య! ఈ కాలిపుండు వల్ల కొంత కాలం ఆ భయంకరమైన ఉద్యోగం నుంచి తప్పించుకున్నాను. ఈ డాక్టర్లు త్వరగానే ఈ కాలును బాగుచేసేశారే! ఇంతకన్నా పెద్ద జబ్బు తెచ్చుకుంటాను!"

కొన్ని నెలలు మామూలు దిగులుతోటే ఆయన పనిచేసిన తరువాత ఇంకో పుండు అతడి కాలి మీద, ఈ సారి చీలమండ మీద ఏర్పడుంది. పాదాన్ని ఏ మాత్రం కదిలించలేని పరిస్థితి వచ్చేసింది. మళ్ళీ హాస్పిటల్లో చేరాడు. కురుపు పెద్దదై, పెద్దదై చివరికి ఆయనకి శస్త్రచికిత్స అవసరమైంది. అదీ జరిగాక మళ్ళీ ఉద్యోగంలోకి వెళ్ళాడు.

ఉద్యోగం మీద ఆయనకి ద్వేషం ఎక్కువ కాసాగింది. మళ్ళీ ఇంకో అల్సరు-ఈసారి చీలమండకూ మోకాలికీ మధ్యలో, ఏ మందుకూ, ఏ ఆపరేషనుకూ ఇది లొంగలేదు. చివరికి సర్జన్లు ఆయన కాలును మోకాలివరకూ ఉంచి మిగతా భాగాన్ని శస్త్రచికిత్స ద్వారా తొలగించేశారు. ఈయనకి చాలా సంతోషం కలిగించేటట్టు, మళ్ళీ ఉద్యోగంలోకి ఈయన్ని రావద్దని చెప్పేశారు. రోగిష్టి, కుంటి వ్యక్తి తమ ఆఫీసులో పనిచేస్తుంటే బాగుండదని తేల్చి చెప్పేశారు.

హాస్పిటల్లో ఈయనకు సేవ చేసిన డాక్టర్లు ఈయన ఇష్టపడే ఓ ఉద్యోగాన్ని ఈయనకు ఇప్పించారు. ఓ చేతి పనిని ఇంకొకళ్ళకు నేర్పించే ఉద్యోగం. ఈ క్రొత్త ఉద్యోగం ఈయనకు హాయిగా ఉంది. మంచి పేరును కూడా నంపాదించుకున్నాడు. "లెక్క తప్పచేసి జైలుకు వెళ్ళిపోవాల్సి వస్తుందేమో" నన్న భయం ఇప్పుడు ఆయనకు లేదు. ఇప్పుడు ఆయన ఆరోగ్యం బాగుపడింది. ప్రస్తుతం, మాకు తెలిసినంతవరకూ, సంతోషంతో ఉద్యోగం చేసుకుంటున్నాడు.

ఇదో 'చివరి దశ'ను చేరుకున్న సంగతి కావచ్చు. కానీ ఒక్కసారి గమనించండి రక్తపు పోటు బాగా ఎక్కువైపోయి, అల్సర్లతో బాధపడుతున్న, ఉద్యోగాలు చెయ్యడానికి భయపడుతున్న, తమకు అవమానం జరుగుతుందేమోనన్న భయంతో క్రుంగిపోతున్న అనేక మందిని మీరు నిత్యం చూస్తూనే ఉంటారు. అన్నట్టు, ఈ అల్సర్లు ఎక్కువగా "ఎక్సిక్యూటివ్స్"కే వస్తుంటాయని అందరికీ విదితమే గదా.

కొన్ని ఊహలు గొప్ప సామ్రాజ్యాల్ని కూలదోస్తాయి. అదే విధంగా కొన్ని సామ్రాజ్యాలను సృష్టిస్తాయి కూడా, గుర్తుంచుకోండి. మీ ఊహాశక్తి మీద ఓ పట్టును మీరు సంపాదించుకోగలిగితే మీకేం కావాలన్నా సంపాదించు కోగలుగుతారు. ఈ ఊహాశక్తి మనం శాసిస్తే పని చేయదు. ఊహాశక్తి ఫలానా విధంగా పనిచేయాలని మీరు నిర్దేశించాలంటే వీలుపడదు. ఎందుకంటే, ఈ ఊహాశక్తి ఓ కంచరగాడిదలాగే మొండికెత్తుతుంది. కంచర గాడిదను మీరు నడిపించవచ్చు - కానీ స్వారీ చేసేందుకు మాత్రం కుదరదు.

ఈ ఊహాశక్తిని కూడా మనతో స్నేహంగా ఉన్న ఓ కంచరగాడిదను నడిపించినట్టే నడిపించవచ్చు. కానీ, ఊహల్తో "స్వారీ" చెయ్యడం మాత్రం కుదిరేపని కాదు. ఎంతో సాధనతో ఊహల మీద కొంత అదుపును సాధించవచ్చు.

ఊహల మీద అదుపును సాధించడానికి మీరేం చేయాలి? ఇదంతా మీ విశ్వాసం మీదా, అభ్యాసం మీదా ఆధారపడి ఉంటుంది. మీకు ఏ భయాన్నో, అయిష్టతనో రేకెత్తించే ఓ పరిస్థితిని ఊహించండి. తరువాతనుంచి విశ్వాసంతోనో, ఎవరేం చేసినా చెయ్యకపోయినా ఆపనిని చేయగలరని నమ్మే ఊహ మీకు కలిగేట్టు చేయమని ఊహాశక్తిని బ్రతిమాలో బయటపడండి. మీరు "అందరిలాంటి వాళ్ళు కారనీ", "ఓ ప్రత్యేకమైన వ్యక్తిత్వం ఉన్న వ్యక్తి"గా మిమ్మల్ని గుర్తించమనీ మీ ఊహాశక్తిని బ్రతిమాలుకోండి. మీకు తగిన ఏ పద్ధతిని ఆచరించినా ఫరవాలేదు - మీ కోసమే, మీ వైపే, మీ ఊహాశక్తి పనిచేస్తూ ఉంటే చాలు. ఇప్పుడు మనం మన మొదటి, రోడ్డు దాటే ఉదాహరణలోకి వద్దాం. వీధికి అడ్డంగా నేలమీద పరిచివున్న ఓ రెండడుగల చెక్క పలక మీద "మనం చాలా సులభంగా నడిచిపోగల" మని నిర్ధారణ చేసుకున్నాం. తరువాత, మీకున్న విశ్వాసం వల్ల, మీరు "అందరిలాంటి వాళ్ళు" కారు గనుక, ఓ ప్రత్యేక వ్యక్తిత్వం ఉన్న వాళ్ళు గనుక ఊహాశక్తిని బ్రతిమాలుకుని, ఊహాత్మకతను పెంచుకుని, ఆ చెక్క పలక ఇరవై అంతస్థుల ఎత్తున ఉన్నా సరే, సులభంగా నడిచి వెళ్ళి అవతలి వైపుకు చేరుకోగలరు.

ఈ ఆలోచనను చేసి చూడండి : కొంచెం తక్కువగానో, ఎక్కువగానో మతి లేని ఓ కోతి ఏమాత్రం భయపడకుండా ఎంత ఎత్తుమీది చెక్కబల్ల మీదయినా నడిచిపోగలదని మీకు మీరే చెప్పకోండి. ఇద్దర్లో ఎవరు గొప్పవారు? మీరా? ఆ బుర్రలేని కోతా? ఓ బుర్రలేని కోతిగానీ, సుమారుగా ఓ మూర్ఖుడిలాగా ఉన్న మనిషిగానీ సులభంగా ఎత్తున ఉన్న పలక మీద నడిచి వెళ్ళి పోగలుగుతూ ఉంటే, "మీ అంతటి మీరు", "తెలివైన వాళ్ళు" నడిచివెళ్ళలేరా? సులభంగా నడిచివెళ్ళగలరు! కేవలం విశ్వాసం వల్లా, సాధన

వల్లా ఈ పనిని చెయ్యొచ్చు. ఇదివరకు ఎంతమందో, ప్రఖ్యాతి గాంచిన బ్లాండిన్‌లాగే, నయాగరా జలపాతం మీద ఈ వైపు నుంచి ఆవైపుకు కట్టబడి ఉన్న ఓ త్రాటి మీద నయాగరాను దాటగల"ననే విశ్వాసం మాత్రం, పూర్తిగా ఉన్న ఓ వ్యక్తి, అంతే. "భయపడతానేమో" నన్న భయం తప్ప మరే భయమూ లేనివాడు, త్రాటిమీద నయాగరా జలపాతాన్ని దాటగలనని నమ్మినవాడు కాబట్టి, ఓ బండిని తోసుకుంటూ అయినా వెళ్ళగలడు, కళ్ళు కట్టేసుకుని కూడా ఆ త్రాటిమీద నడవగలడు.

మనకందరికీ ఇలాంటి అనుభవమే కలిగి ఉండవచ్చు. ఓ పెద్ద నిచ్చెన మీదకు మనం ఎక్కుతూ ఉన్నప్పుడు మనం పైకి చూస్తూన్నంతవరకూ మనకు భయం తెలియదు. ఒక్కసారి క్రిందకి చూసామనుకోండి. వెంటనే ఓ భయంకరమైన ఆలోచన ఒకటి వస్తుంది - "మనం క్రింద పడ్తున్నట్లు ఊహించుకుంటాం. క్రిందపడి నేలకు అంటుకుని పోయినట్లు శరీరం ఓ ముద్దలాగా ఉన్నట్టు ఊహించుకుంటాం. ఒక్కోసారి పడిపోకుండా ఉండడం కోసం మనం నిచ్చెనని వదిలిపెట్టలేని స్థితిలో బిగుసుకుని ఉంటాం. అనేక అడ్డంకులను ఎదుర్కొంటూ, అధిగమిస్తూ నడిచే గుర్రప్పందాల్లో రౌతులకు ఇలాంటి అనుభవం ఒకటి తప్పక కలిగి ఉంటుంది!

మీ ఊహలను మీ సామర్థ్యం మీద విశ్వాసంతో అదుపులోకి తెచ్చుకోగలిగితే మీరు ఏ పనినైనా చెయ్యగలుగుతారు. బలవంతంగా మీరు మీ ఊహలను అదుపులోకి తెచ్చుకోలేరు. 'విల్ పవర్' (ఇచ్ఛాశక్తి)ను ఉపయోగించి, మీ ఊహలను మీరు నియంత్రించలేరు. అలాంటి ప్రయత్నాన్ని మీరు చేస్తే నరాల జబ్బుల్తో మీరు బాధపడాల్సి వస్తుంది. మీ ఆలోచనలను మీరే నడిపించాలని గుర్తుపెట్టుకోండి. మీ ఊహలను మీరే అదుపు చేసుకోవాలి. ఇష్టం వచ్చినట్లు మీ ఊహలని ఉరుకులెత్తిస్తే మీకు అపజయం తప్పదు. మీ ఊహాశక్తిని మీరు సరిగ్గా ఉపయోగించుకుంటే మీరు ఇదివరకు "దాదాపు అసంభవా"లని అనుకున్న పనులన్నిటినీ సులభంగా నిర్వర్తించగలరు. కాబట్టి ముందుగా "అసంభవం" అనేది ఏదీ లేదని నమ్మండి.

ఇరవై నాలుగో పాఠం

కర్మసిద్ధాంతం

"కర్మసిద్ధాంతం" గురించి అందరం వినే ఉంటాం. వేదాంతానికి సంబంధించిన అనేక విషయాలను వర్ణించే మాటలకు సంస్కృత బ్రాహ్మణ శబ్దాలనే "దురదృష్టవశాత్తూ" ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు - శరీర నిర్మాణ, వైద్యశాస్త్రాల్లో, ఇతర విజ్ఞాన శాస్త్రాలనన్నింట్లోనూ కూడా 'లాటిన్' భాష పదాలనే ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తున్నట్లు. పువ్వుల రకాల పేర్లూ, మొక్కల పేర్లు, శరీరంలో ఓ కండరమో, రక్తనాళమో చేసే పనిని వర్ణించే పేర్లూ ఇలాంటి విషయాలకన్నింటికీ కూడా లాటిన్ భాషతో కూర్చిన పదాలనే ఉపయోగిస్తూంటారు. ఈ ఆనవాయితీ విజ్ఞానశాస్త్ర ప్రచారాల్లో మొదటి నుంచీ ఉంది.తమకు తెలిసిన విజ్ఞానాన్ని డాక్టర్లు తమ వద్దే ఉంచుకునే ప్రయత్నాన్ని చేసేవాళ్ళు. అప్పటి డాక్టర్ల నిజంగా ఉపయోగింపదగిన విజ్ఞానం ఉండేది. విధిగా అందరూ 'లాటిన్' భాషను అధ్యయనం చెయ్యవలసి వచ్చేది. డాక్టర్లు కాని వాళ్ళకూ, చదువురాని వాళ్ళకూ అర్థం కాకుండా ఉండేలా అప్పటి డాక్టర్లు తమ వైద్య విద్యలో ఎక్కు 'లాటిన్' మాటలనే వాడుతూ ఉండేవాళ్ళు. ఈ ఆచారం ఇప్పటికీ ఇలాగే కొనసాగుతోంది.

విజ్ఞాన శాస్త్రంలోని పదాలన్నీ లాటిన్ భాషలోనే ఉండడం వల్ల కొన్ని లాభాలు కూడా ఉన్నాయి. ఏ భాషను మాట్లాడే శాస్త్రజ్ఞుడైనా ప్రపంచంలోని ఏ దేశపు శాస్త్రజ్ఞుడితోనైనా లాటిన్ ఉపయోగించి తన భావాలను స్పష్టంగా

అందించగలుగుతాడు. ఓ నావ లోనో ఓ విమానంలోనో రేడియో యంత్రాలను ఉపయోగించే వాళ్ళు 'మోర్స్‌కోడ్'ను లేక 'క్యూకోడ్' అనే పేర గల పద్ధతిలోనే తమ సంకేతాలను పంపించడంలోని ఉద్దేశ్యం సరిగ్గా ఇదే. ప్రపంచం మొత్తం మీద ఉన్న అనేక రేడియో అమెచ్యూర్స్ (ప్రారంభ ఔత్సాహికులు) ప్రపంచంలోని అన్ని భాషలనూ వాడుకోవడం కుదరని పని కాబట్టి అందరికీ అర్థమయ్యే ఇలాంటి 'కోడ్'లను ఉపయోగించి తెలివిగా స్పష్టంగా అర్థమయ్యేలా సంభాషించగలుగు తున్నారు.

గుప్త విజ్ఞాన శాస్త్రాల్లో ప్రావీణ్యతను సంపాదించిన వాళ్ళందరికీ సంస్కృతం బాగా తెలిసి ఉంటుంది. కాబట్టి 'కర్మ' అనే మాట వినబడగానే "జరిగే ప్రతీ పనికీ ఉన్న 'కారణం'; పని తరువాత కనిపించే 'ఫలితం'; ఈ రెండింటినీ అనుసంధానం చేసే ఓ సిద్ధాంతం" స్ఫురణకు వచ్చి తీరుతుంది. కర్మసిద్ధాంతంలో రహస్యం ఏమీ లేదు. భయపెట్టే విషయం ఏమీ లేదు. ఈ గ్రంథంలో మేము వేదాంతాన్ని "వివేకం" అనే పునాది మీద నిలబెట్టి చూపించే ప్రయత్నాన్నే చేస్తూ ఉన్నాం. పెద్ద పెద్ద సంస్కృత పదాలని ఉపయోగించాలని అనుకోవడం లేదు. ఎందుకంటే "వేదాంతంలో ఏ విషయమూ అర్థం చేసుకోలేనంత కష్టమైనదేమీ కాదు'' అని మా అభిప్రాయం కాబట్టి.

"కర్మసిద్ధాంతం" అనే మాటను వేదాంతం నుంచి తొలగించి చూద్దాం. వేదాంతాన్ని మరచిపోయి దైనందిన న్యాయానికి వద్దాం. మా అర్థం ఏమిటో పరిశీలించండి:-

'జానీఫలానా' అనే కుర్రాడికి ఓ కొత్త మోటార్ సైకిల్‌ను కొనిచ్చారు. అత్యంత శక్తివంతమైన ఆ బండి మీద కూర్చుని గొప్ప శబ్దాన్ని చేస్తూ ఉంటే జానీకి ఒళ్ళు పులకరిస్తూ ఉంటుంది. ఊరికే కూర్చోవడం మాత్రమే కాదు, మెల్లగా 'క్లచ్'ని వదలిపెట్టి ఆ బండిని మొదట నెమ్మదిగా, ఉత్సాహంగా, ఉత్సాహం ఎక్కువయ్యే కొద్దీ ఇంకా ఇంకా వేగంగా, ప్రమాద సూచికలను కూడా గమనించకుండా వేగంతో నడుపుతూ ఉంటాడు. ఉన్నట్లుండి జానీ వెనుక ఓ 'పోలీస్ సైరన్' వినిపిస్తుంది. ఓ పోలీస్ కారు జానీ మోటార్

సైకిల్‌ని దాటి వెళ్ళి అతణ్ణి రోడ్డు ప్రక్కకు ఆగేలా చేస్తుంది. మన జానీ అయిష్టంగానే బండిని ఆపి అయిష్టంగానే దిగి పోలీసు విధించే స్పీడు జరిమానా కోసం ఎదురుచూస్తూ ఉంటాడు. జనాలు తిరిగే రోడ్డు మీద నిర్ణయింపబడిన వేగం కంటే ఎక్కువ వేగంతో బండిని నడపడమే జానీ చేసిన నేరం.

ఈ చిన్ని ఉదాహరణలో మనం కొన్ని న్యాయాలను దర్శించాం. "నిర్ణయింపబడిన వేగం కంటే ఎక్కువ వేగంతో బండిని నడపకూడదు" అనేది ఒక న్యాయం; జానీ ఆ న్యాయాన్ని ఉల్లంఘించాడు కాబట్టి అతడికి ఓ దండన విధింపబడుతుంది. జానీ ఆ శిక్షలో భాగంగా కోర్టుకు వెళ్ళి జరిమానాను కట్టాల్సివస్తుంది.

ఇంకో ఉదాహరణ కావాలా? సరే! "బిల్‌జేమ్స్" అనే మనిషి ఒకడున్నాడు. సోమరిపోతు. పనిచేయాలంటే ఇష్టం లేదు. కానీ బాగా డబ్బులను ఖర్చుపెట్టించే ఓ గర్ల్‌ఫ్రెండ్ మాత్రం ఉందతనికి. ఆ పిల్ల ఆశల్ని బిల్‌జేమ్స్ తీరుస్తున్నంతవరకూ ఆ పిల్ల వీడి దగ్గరే ఉంటుంది. బిల్‌జేమ్స్ డబ్బులను ఎలా సంపాదిస్తున్నాడో ఆ పిల్లకు అనవసరం తాను కోరినవన్నీ అతడు కొనిస్తే చాలు, కాబట్టి.

ఓ సాయంత్రం ఓ షాపును దోచుకోవాలని, అలా తెచ్చిన డబ్బులతో తన గర్ల్ ఫ్రెండ్ కోరిన వస్తువుల్ని కొనివ్వచ్చని బిల్‌జేమ్స్ అనుకుని బయలుదేరాడు. "మింక్ కోటా? వజ్రాలు పొదిగిన ప్లాటినమ్ చేతివాచీ?" ఏదయినా ఫరవాలేదు. తన గర్ల్ ఫ్రెండ్ ఏం కోరుకుంటుందో అదే. బిల్‌జేమ్స్ దొంగతనం చేయడానికి వెళ్తున్నాడని ఆ గర్ల్‌ఫ్రెండుకు తెలుసు. దొంగతనానికి ఎంచుకున్న షాపు ముందు అటూ, ఇటూ తిరుగుతూ "లోపలికి ఎలా దూరాలా" అని అతను ఆలోచిస్తున్నాడు. ఓ కిటికీలోంచి లోపలికి వెళ్ళేందుకు నిశ్చయించుకున్నాడు. బాగా అలవాటు ఉన్న ఏతుల్తో జేబులోంచి ఓ చాకును తీసి కిటికీ లోపలికి తోసి లోపల ఉన్న గడిని ప్రక్కకు తప్పించేశాడు. కిటికీని పైకెత్తి ఒక్క క్షణం ఆగాడు. "తాను శబ్దం ఏమయినా చేశాడా? చుట్టుప్రక్కల ఎవరైనా ఉన్నారా?" తృప్తిపడి కిటికీలోకి ఎక్కి షాపులోపలికి దిగాడు శబ్దం

చేయకుండా తనకు కావలసిన వస్తువుల్ని తీసుకుంటున్నాడు. పెట్టెలలోంచి నగలనూ, ఓ జేబు నిండా రిస్ట్‌వాచీలనూ నింపుకున్నాడు. కేషియర్ పెట్టెలోంచి చాలా నోట్లకట్టలను తీసుకున్నాడు. అక్కడికి చాలనుకుని మళ్లీ కిటికీ వద్దకొచ్చి బయటకు తొంగిచూసాడు. బయట ఎవ్వరూ లేరు. బిల్‌జేమ్స్ తన బూట్లను ఎత్తి చేత్తో పట్టుకుని ఓ తలుపువైపు నడిచాడు - కిటికీలోంచి దూరి వెళ్లేకన్నా తలుపు లోంచే సులభమని నిశ్చయించుకుని - కిటికీలోంచి దూరేప్పుడు దొంగిలించిన కొన్ని వస్తువులు గీసుకుని పాడవచ్చు కూడా - తలుపుతీసి మెల్లగా బయటకు జారుకున్నాడు. చీకట్లోకి నాలుగడుగులు వేశాడో లేదో "స్టాప్! కదిలితే తుపాకీ పేల్తుంది" - బిల్‌జేమ్స్ భయంతో బిగుసుకుపోయాడు. పోలీసులు తుపాకీ ప్రేల్చేందుకు సందేహించరని అతడికి తెలుసు. అతడి ముఖం మీదకి ఓ టార్చ్ వెలుతురు పడింది. బిల్‌జేమ్స్ నెమ్మదిగా చేతులెత్తేశాడు. పోలీసులు నలుగురు చుట్టూ మూగారు. బిల్‌జేమ్స్ వద్ద ఆయుధాలు ఏవీ లేవని నిర్ధారణ చేసుకుని అతడు దొంగిలించిన వస్తువులన్నింటినీ బయటకు లాగారు. అక్కడ వేచి ఉన్న ఓ పోలీసు వేన్‌లోకి బిల్‌జేమ్స్‌ని ఎక్కించారు. కొద్దిసేపట్లోనే బిల్‌జేమ్స్‌ను ఓ "సెల్"లో దాచేశారు. కొన్ని గంటల తరువాత బిల్‌జేమ్స్ గర్ల్ ఫ్రెండును నిద్ర లేపారు. ఆడ పోలీసు కనిపించగానే గర్ల్ ఫ్రెండ్ మండిపడింది. పూనకం వచ్చినట్లు గోలచేసింది. "అరెస్టా" అవును. దొంగతనానికి బిల్‌జేమ్స్‌ను ప్రేరేపించినందుకు. దొంగతనం జరుగుతుందని ముందే ఆ పిల్లకు తెలుసు. కాబట్టి చట్టం దృష్టిలో ఇదరూ దొంగలే.

ఈ జీవితంలోని న్యాయం ఇలా ఉంటుంది. ఇప్పుడు మనం భౌతిక ప్రపంచం లోంచి న్యాయాన్ని బయటకు లాగి 'కర్మ' అనేది మానసికంగా కానీ, శారీరకంగా కానీ చేసే ఒక పని అనీ, దీనివల్ల కొంత మంచో, చెడో వృద్ధి చెందుతుందననీ ఇదంతా మీరు అర్థం చేసుకోవాలనీ చెప్తున్నాము. ఇంగ్లీషులో ఓ పాత సామెత ఉంది. "దేన్ని మీరు విత్తుతారో, దాన్నే మీరు నూరుస్తారు" - (As you sow, so shall ye reap). దానికి అర్థం సరిగ్గా ఇదే - ఈ జన్మలో "చెడిపోయిన విత్తనాలు" అనే చెడుపనులను మీరు నాటితే,

పై జన్మలోనో, అదీ కాకపోతే మూడవ జన్మలోనో చెడిన భవిష్యత్తును "పంట" లాగా పొందుతారు. ఒక వేళ ఈ జన్మలో కొంత మంచిని నాటితే - మంచినీ, దయనూ, జాలినీ, సానుభూతినీ అర్హులైన వారి పట్ల చూపిస్తే - కాలం గడిచాక మీ వంతు వచ్చి దురదృష్టం మిమ్మల్ని ఆవరించి మీరు బాధపడుతున్నప్పుడు ఎప్పుడో, ఎవరో మీపట్ల అలాంటి దయనే అలాంటి సానుభూతినే అలాంటి సహాయన్నే చూపిస్తారు, అందిస్తారు.

ఈ విషయంలో మీరు ఏ మాత్రం పొరబాటు పడకండి. ఒక మనిషి ఇప్పడు కష్టాలను అనుభవిస్తున్నాడంటే దానికి కారణం అతడు "చెడ్డవాడు" కాకపోవచ్చు - కష్టాల్లో ఓ మనిషి ఎలా ప్రవర్తిస్తాడో నేర్చుకోవడానికి దోహదం చేస్తున్న ఓ శుద్ధి జరిపే ప్రక్రియ కావచ్చు. ప్రతి ఒక్కరూ - మహారాజయినా, బిక్షగాడైనా "జీవిత చక్రం" తనే అంతునేని సృష్టి వలయపు దారిలో తిరగాల్సిందే. ఈ జన్మలో ఓ రాజైన వ్యక్తి ఇంకో జన్మలో బిక్షగాడు కావచ్చు - ఊరూరూకాలి నడకతో తిరుగుతూ చిన్న చిన్న పనులు చేస్తూ పొట్టపోసు కుంటూ, సుడిగాలిలో పండుటాకులా కొట్టుకుపోతూ ఉండవచ్చు. కొంతమందికి ఈ కర్మ సిద్ధాంతం వర్తించదు. కాబట్టి - "అబ్బా. ఎంత భయంకరమైన జీవితం గడిపాడురా, పోయిన జన్మలో వీడు మహా పాపాత్ముడై ఉంటాడు!" అని మీరు అంటే నిష్ప్రయోజనమే . కొంత మంది మహనీయులు (వీరిని 'అవతారపురుషులు' అని అంటూ ఉంటాం) కొన్ని కార్యాలను సాధించడానికి భూమి మీద జన్మనెత్తుతూ ఉంటారు. ఉదాహరణకు మనుష్యులు విస్మరించే ధర్మాలను పునరుద్ధరించడానికి విష్ణుమూర్తి అవతారాలను ధరిస్తూ భూమి మీద పుడుతూ ఉంటాడని హిందువులు విశ్వసిస్తూ ఉంటారు. ఈ "అవతారపురుషులు" తరచుగా దరిద్రంలోనే జన్మిస్తూ మానవులకు జాలీ, దయా, సానుభూతి లాంటి ఉత్తమ గుణాలను నేర్పే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటారు. "అవతారపురుషులను దుఃఖం ఏమాత్రం బాధించదనీ దుఃఖానికి మీరు అతీతులనీ" అందరూ అనుకునేలా భూమి మీద జీవితాన్ని గడుపుతారు. "బాధలు వీరిని బాధించ"వనే మాట నిజానికి సత్యదూరం. అత్యంత సున్నితమైన మనస్తత్వం ఉన్నవాళ్లు కాబట్టి దుఃఖాలు వీరినే ఎక్కువగా బాధిస్తాయి.

ఓ అవతార పురుషుడి జన్మ బలవంతం మీద జన్మించే జన్మ కాదు. విధిగా ఎత్తాల్సిన జన్మకాదు. కర్మానుసారం ఎత్తాల్సిన జన్మ కాదు. మూర్తీభవించిన ఆత్మగా స్వేచ్ఛగా జన్మించిన జన్మ అది. కొన్ని పరిస్థితులలో జన్మించాల్సిన అవసరం కూడా ఉండదు - ఇంకొకరి శరీరాన్ని ఈ అవతార పురుషుడు ఆక్రమించగల సమర్థుడై (ability to walk-in) ఉంటాడు. మేము మత విశ్వాసాలనే కాలి మీద పుండ్ల మీద తొక్కి ఎవర్నీ బాధించదలచడం లేదు. కానీ, మళ్ళీ ఒక్కసారి పరిశుద్ధ గ్రంధాన్ని (బైబిల్) జాగ్రత్తగా పరిశీలిస్తే రక్షకుడు (జీసస్) ఓ మనిషిగా జోసెఫ్ మేరీలకు జన్మించినా, కాలాంతరంలో, జీసస్ పెద్దవాడయిన తరువాత నిర్జనారణ్యంలో క్రీస్తు ఆత్మ-రక్షకుడి ఆత్మ-క్రిందకు దిగి వచ్చి జీసస్ శరీరం నిండా నిండిందని మనం గ్రహించవచ్చు. ఇంకోరకంగా చెప్పాలంటే వేరొక ఆత్మవచ్చి తనను ఆహ్వానిస్తున్న జోసెఫ్ మేరీల కుమారుడైన జీసస్ శరీరాన్ని ఆవహించిందని మనం తెలుసుకోవచ్చు.

కొంతమంది "స్వార్థపరుల వల్ల ఈ భూమి మీద ఎన్నో దురదృష్ట కరమైన సంఘటనలూ, అంతులేని దరిద్రమూ ఏర్పడుతున్నాయి" అని మేము అనుకోవడం లేదు గనుకే ఈ మాట చెబుతున్నాం. సత్యం ఏమిటంటే, "దురదృష్టం వల్లా దరిద్రం వల్లా ఏం సాధించవచ్చో నేర్పడానికే, తద్వారా మనకు ఎంతో మేలు చేయడానికే" వీళ్ళు జన్మిస్తున్నారు.

మనం చేసే ప్రతి పని వల్లా కొన్ని సంభవిస్తూ ఉంటాయి. ఆలోచన అనేది ఓ విలువైన శక్తి. మీ ఆలోచన ఎలా ఉంటుందో, మీరూ అలాగే ఉంటారు. పవిత్రమైన ఆలోచనలను మీరు చేస్తూ ఉంటే మీరూ పవిత్రులే అవుతారు. కామం గురించి మీరు ఆలోచిస్తూ ఉంటే మీరూ కాముకులే అయిపోయి మలినులౌతారు, అంతేకాక, మీరు భూమి మీదకు మళ్ళీ మళ్ళీ తిరిగివస్తూ ఉండవలసి వస్తుంది - మీలో "కోరికలు" మంచి ఆలోచనల వల్లా, నిర్మలత్వం వల్లా నశించిపోయే వరకూ ఈ జన్మల పరంపర నుంచి మీరు తప్పించుకోలేరు.

ఏ మనిషీ నాశనమైపోడు. అనంతంగా శిక్షను అనుభవించేంత చెడ్డవాళ్ళు ఎవ్వరూ లేరు. 'అంతులేని నరకం' అనేది మతాధికారులు తమ అనుచరులను తమ వద్దే కట్టి పడేసుకునేందుకు ఉపయోగిస్తున్న ఓ ఉపకరణం మాత్రమే. అనంతమైన కష్టాల గురించీ శాశ్వతమైన నరకం గురించీ క్రీస్తు బోధించలేదు. ఓ మనిసి పశ్చాత్తాపపడిన తరువాత, శోధన జరిగిన తరువాత ఆ మనిషీ "రక్షింప" బడుతాడనీ, ఉద్ధరింపబడే అవకాశం అతనికి మళ్ళీ మళ్ళీ ఇవ్వబడుతుందనీ క్రీస్తు బోధించాడు.

"అప్పులు చేస్తూ చేసిన ఋణాలను తీర్చుకుంటూ" ఉండే పద్ధతిని "కర్మ" అంటాం. మీరు ఒక దుకాణంలోకి వెళ్ళి కొన్ని వస్తువుల్ని తెచ్చుకుంటే ఈ ఋణాన్ని మీరు ద్రవ్యంతోనే తీర్చాల్సి ఉంటుంది. ఈ బాకీ చెల్లుబడి అయ్యేంతవరకూ మీరు ఋణగ్రస్తులయే ఉంటారు. కొన్ని దేశాల న్యాయం ప్రకారం మీరు అప్పు తీర్చలేకపోతే మిమ్మల్ని అరెస్టు చేసిన తరువాత మాత్రమే దివాలా ఎత్తినట్లు ప్రకటిస్తారు. ప్రతి ఒక్కరూ ఋణవిముక్తులు కావలిసి ఉంటుంది. ఎవరైనా సరే అప్పులు తీర్చాల్సిందే - ఒక్క "అవతార పురుషుడు" తప్ప! ఈ మహనీయుడికి కర్మ బంధించదు. అవతారపురుషుడికి కర్మ సిద్ధాంతం వర్తించదు. కాబట్టి అవతార పురుషులు కాని వారందరూ ఈ భూమి మీద ఓ మంచి జీవితాన్ని గడిపే ప్రయత్నాన్ని చేసి కేవలం తాత్కాలికమైన ఈ జీవితాన్ని కాస్త తగ్గించుకోవచ్చు. ఇతర గ్రహాలపై, ఉత్తమ లోకాల్లో, జన్మనెత్తి ఇక్కడకన్నా సంతోషంగా వుండవచ్చు.

మనతో హద్దుమీరిన వాళ్ళని మనం క్షమించాలి, అలాగే ఎవరి దగ్గర మనం హద్దు మీరతామో వాళ్ళను క్షమాపణ కోరాలి. సత్కర్మచేయడానికి మంచి మార్గం ఏమిటంటే-"ఎవరు మన కోసం ఏం చేస్తే మనకు సంతోషం కలుగుతుందో అలాంటి వాటినే మనం ఇతరుల సంతోషం కోసం చేస్తూండడం". కర్మను మనలో కొందరే తప్పించుకోగలరు. మనం అప్పుచేసి, మళ్ళీ దానిని తీర్చాలి. మనం ఇంకొకళ్ళకు మంచి చేస్తాం, వాళ్ళు మనకు మంచిని చెయ్యాల్సి వస్తుంది. మనకు మంచి జరిగితే బావుంటుంది కాబట్టి మనమే ముందుగా ఇతరుల మేలును కోరుకోవలి; వాళ్ళ మీద దయ

చూపించాలి; వాళ్ళకు మన సానుభూతిని అందించాలి; వాళ్ళకు చేతనయిన సహాయం చేస్తూండాలి. మనష్యులకు మాత్రమే గాక సమస్త జీవరాసుల మీదా కారుణ్యాన్ని మనం కలిగి ఉండాలి. ఓ దేవుడి దృష్టిలో మనుష్యులంతా ఒక్కటే. అంతకన్నా గొప్ప - దేవుడి దృష్టిలో సమస్త జీవరాసులూ ఒక్కటే - కాబట్టి అన్ని జీవరాసుల మేలూ కోరాలి.

దేవుడు తన లీలలను ఓ రహస్యవిధానంతో ప్రదర్శిస్తాడని అంటూ ఉంటారు. దేవుడి పద్ధతిని మనం ప్రశ్నించలేం. కానీ, మనకు వచ్చిన సమస్యలను మనమే పరిష్కరించాల్సివస్తుంది. మన సమస్యలకు సరయిన విమోచనా మార్గాన్ని ఆలోచించి వాటిని సక్రమంగా పరిష్కరించడం ద్వారా మాత్రమే మనం మన ఋణంనుంచి విముక్తులం కాగలం - కర్మబంధం నుంచి తప్పించుకోగలం. "కొంతమందితో ఓ రోగిష్టి బంధువు సహజీవనం చేస్తూ ఉంటాడు". అని అనుకుందాం. కొంతకాలానికి వీళ్ళకు ఓర్పు నశిస్తుంది. - ఏమిటి ఈపీడ? ఈ దరిద్రాన్ని ఇట్లా అనుభవించకుండా హాయిగా ఈ ముసలాడు చచ్చిపోవచ్చు కదా!" అని అందరూ అనుకుంటూ ఉంటారు. బహూశా దీనికి మా జవాబు ఏమిటంటే ఈ ఉదాహరణలో ఉన్నవాళ్ళందరూ ముందుగా నిర్ణయించుకుని ఉన్న పద్ధతిలోనే తమ తమ జీవితాలను గడుపుతూ ఉన్నారని. ఈ రోగిష్టి మనిషిని తిడుతున్న ఈ మనిషి బహూశా అతడిని రక్షిస్తూ ఉండడానికే ఈ భూమి మీదకు వచ్చి ఉండవచ్చు.

మనం రోగిష్టి వాళ్ళను బాగా చూసుకోవాలి. వాళ్ళ ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధవహించాలి, వాళ్ళను సరిగ్గా అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. బహూశా ఇదే మనం మన కర్తవ్యంగా నిర్ణయించుకుని భూమ్మీద జన్మించి ఉండవచ్చు. మనలను విసిగిస్తున్న మనిషిని మనం కసురుకుని కేవలం ఓ చేతి కదలికను ప్రదర్శించి దూరంగా తోసేయవచ్చు-కానీ జబ్బుపడ్డ మనుష్యులు సర్వసాధారణంగా బాగా సున్నితమైన మనస్తత్వాన్ని - స్వభావాన్నీ-కలిగి ఉంటారు. తమ జబ్బువల్ల తాము ఈ దుస్థితిలో ఉన్నామని వాళ్ళంతట వాళ్ళే బాధపడుతూ ఉంటారు. తమ అవసరం ఈ లోకానికి లేదేమోనని వాళ్ళే బాధపడుతూ ఉండవచ్చు. ఆధ్యాత్మ సాధన కోసం వచ్చిన

అనేక మహనీయులు శారీరక రుగ్మతను ఒకదాన్ని పట్టుకునే ఈ భూమ్మీద నివసించగలుగుతున్నారని ఇదివరకు చెప్పిన మాటలను మేము ఇక్కడ మళ్ళీ మీకు గుర్తు చేస్తున్నాము. ఓ వ్యక్తి మీ సహాయాన్ని అర్థిస్తే మీరు అతడిని కసిరి కొడితే మీకన్నా ఎంతో గొప్ప ఆధ్యాత్మికత ఉన్న ఓ హానుభావుడికి మీరు తీరని క్షోభను కలిగిస్తూ ఉన్నారని మీరు ఎప్పడూ గుర్తుంచుకోవాలి.

మాకు ఫుట్‌బాల్ వంటి శ్రమ పడి ఆడే ఆటల మీద మక్కువ లేదు. కానీ మిమ్మల్ని ఓ ప్రశ్న అడుగుతున్నాము. అలాంటి ఆటల్లో బాగా పేరు తెచ్చుకున్న ఏ ఆటగాడైనా ఆధ్యాత్మికంగా ఏకొంతైనా అభివృద్ధిని సాధించిన విషయం మీరు ఎప్పడైన విన్నారా? కనీసం "ఆధ్యాత్మికం" అన్న మాటనైనా తప్పలేకుండా ఆ గొప్ప క్రీడాకారుడు వ్రాయగలడా? స్థూలశరీరంలో ఏర్పడే ఓ రుగ్మత "నిజానికి ఆ వ్యక్తి ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధి కోసం నిర్దేశింపబడిన ఓ రహస్య విద్యగా, సాధారణంగా స్వీకరించగలిగిన ప్రకంపనాల వేగం గల తరంగాల కన్నా ఎక్కువ ప్రకంపనాల వేగం ఉన్న తరంగాలను స్వీకరించి గ్రహించగలిగిన సిద్ధిని సాధించేందుకు ఉపయోగపడే ఓ సాధన" అని మీరు ఏమాత్రం సంశయం లేకుండా గ్రహించాలి. కాబట్టి రోగుల మీద కాస్త సానుభూతిని మీరు చూపించాలి. సరేనా? ఓ రోగిష్టిని మీరు ఎప్పడూ కసురుకోకండి. అతడి ముందు మీ ఓర్పును ఎప్పడూ పోగొట్టుకోకండి మీకు అర్థం కాని ఎన్నో సమస్యలను ఆ రోగి సహిస్తూ ఉన్నాడని ఎప్పడూ మరువకండి. ఇలా మీరు ప్రవర్తించాలని చెప్పే మాటలలో మీ స్వార్థానికి ఉపయోగపడే అంశం ఒకటి ఉంది! ఆ రోగిష్టి మనిషి ఆధ్యాత్మికంగా మీకన్నా ఎన్నోరెట్లు ఉన్నతిని పొంది ఉండవచ్చు. అలాంటి మహనీయుడికి మీరు చేసే సహాయం మీకే సహాయకారి కావచ్చు.

ఇరవై అయిదవ పాఠం

మరణం

మీ సంపూర్ణ ప్రేమకునోచుకున్న ఓ వ్యక్తి మరణం వల్ల సంభవించే వియోగబాధ హఠాత్తుగా, సర్వనాశనం జరిగినట్లు, అత్యంత తీక్షణమైన క్షోభ మీకు కలిగిస్తూ ఎప్పుడైనా మీ అనుభవానికి వచ్చిందా? మబ్బుల వెనక్కు జారిన సూర్యబింబం మళ్ళీ ఎప్పటికీ మీకు కనిపించదేమోనన్న వేదన ఎప్పుడైనా కలిగిందా? అత్యంత ప్రీతిపాత్రుడైన వ్యక్తి మరణం నిజంగా-దుఃఖ పూరితమే. మీకే కాదు "ముందుగా వెళ్ళిపోయిన" వారికి కూడా - మీ ఆవేదనా పాశాలు వాళ్ళను క్రిందకు గుంజుతూ ఉంటాయి కాబట్టి!

మీకు దుఃఖాన్నీ నైరాశ్యాన్నీ కలిగించే విషయాలను మనం ఇప్పుడు చర్చించుకోబోతున్నాం - ఈ పాఠంలో. మన దృక్పథం సవ్యమైనదైతే మృత్యువు మిమ్మల్ని బాధించదు. మరణించిన వారి కోసం మీరు శోకించరు.

మనం బాగా ఇష్టపడే వ్యక్తి 'మరణం' అని మనం అనుకునే 'స్థితి'ని అందుకున్నాడని అర్థం కాగా ఏ మేం జరుగుతుందో ముందుగా చూద్దాం. ఏ చీకూచింతా లేకుండా మన పనులు మనం చేసుకుంటూ కాలం గడుపుతూ ఉంటాం. ఉన్నట్టుండి ఆకాశం నుంచి పిడుగువడ్డట్టు ఓ దుర్వార్తను మనం వింటాం - మనకు బాగా ఇష్టం ఉన్నవాళ్ళు "పోయారో"ని. వెంటనే మన నాడి కొట్టుకునే వేగం పెరుగుతుంది. మన కళ్ళ నుంచి అశ్రువులు స్రవించేందుకు సిద్ధపడుతూంటాయి, మన ఆవేదనను తగ్గించే ప్రయత్నం చేస్తూ. మామూలుగా ఆహ్లాదకరంగా దర్శనమిచ్చే గులాబీ వర్ణాలన్నీ

మాయమైపోవడమే కాకుండా, దివ్యమైన వెలుగుల్ని ప్రసరించే సూర్య బింబాన్ని, వర్షాకాలపు కారు మబ్బులు చుట్టుముట్టినట్లు మన చుట్టూ దుఃఖమూ నైరాశ్యాలే ఆవరించుకుని ఉంటాయి.

ఇప్పుడు మనం మన పాత స్నేహితులైన ఎలక్ట్రాన్లను కలుసుకుంటాం. ఎందుకంటే, ఉన్నట్లుండి మనం దుఃఖపూరితులమైతే మన మెదళ్ళలో తయారయ్యే విద్యుత్ పరిమాణం కూడా మారిపోవచ్చు. వోల్టేజి మారడమే కాకుండా విద్యుత్తు ప్రసరించే దిశ కూడా మారిపోవచ్చు. అప్పుడు మన దృక్పథం మారిపోతుంది. సంతోషంగా ఉన్నప్పుడు గులాబీ రంగు కళ్ళద్దాల లోంచి ప్రపంచాన్నన్నీ చూస్తున్నట్లు అనిపించిన మనకు ఈ చావు వార్త వినగానే నల్ల కళ్ళద్దాలు పెట్టుకుని చూస్తున్నట్లు అనిపించి ప్రతి విషయమూ మనలను క్రుంగదీస్తూ ఉంటుంది. భౌతిక ప్రపంచంలో సాధారణంగా జరిగే స్వాభావికమైన మార్పు ఇది. సూక్ష్మలోకాల్లో కూడా మనం క్రుంగిపోయే ఉంటాం - ఉత్తమ పదాన్ని అందుకున్న మన సన్నిహితుడిని పరామర్శ చేయాలని ప్రయత్నిస్తున్న మన ప్రయత్నానికి తీవ్రవిఘ్నం కలిగిస్తూ మన స్థూలదేహం మన సూక్ష్మశరీరాన్ని బలంగా భూమి మీదకు లాగుతూ ఉండడం వల్ల.

మన స్నేహితుడు ఎవరైన ఓ దూరదేశానికి వెళ్ళిపోయినా మనకు ఎంతో దుఃఖం కలుగుతుంది. భూమి మీద మనం మనల్ని మనమే ఓదార్చుకుంటాం- "ఓ ఉత్తరం వ్రాసో, టెలిగ్రాం ఇచ్చో, టెలిఫోను చేసో ఆ స్నేహితుడి కుశలం కనుక్కోవచ్చు గదా" అనే ఆలోచనతో ఉంటాం. అయితే, "మృత్యువు" వాత పడ్డాడని మనం చెప్పుకుంటున్న వ్యక్తితో మాట్లాడే అవకాశం ఏ మాత్రమూ ఉన్నట్టు మనకు అనిపించదు. "చని" పోయిన వాళ్ళు మనకు అందుబాటులో ఉండరని మీరూ అనుకుంటున్నారా? మీరు గొప్ప పొరపాటు పడ్డారని సంతోషంతో తెలుసుకోండి! ప్రపంచంలోని అనేక ప్రఖ్యాత పరిశోధనాలయాల్లో చాలామంది విజ్ఞానశాస్త్ర పరిశోధకులు మరణించిన వాళ్ళతో లేక శరీరాల్ని వదలిపెట్టి వెళ్ళిపోయిన వాళ్ళతో మాట్లాడేందుకు ఉపయోగపడే ఓ పరికరాన్ని నిర్మించేందుకు శాయశక్తులా ప్రయత్నాలు

చేస్తున్నారని మేము మీకు తెలియజేస్తున్నాం. ఈ ప్రయత్నాలు "పగటి కలల" వంటివి కావు. అభూత కల్పనను వర్ణించే ఆలోచన కాదు. చాలాకాలం నుంచి వినిపిస్తున్న ఓ "వదంతి" లాంటి వార్త. ఈ పరిశోధనలగురించిన జ్ఞానం అచిరకాలంలోనే అందరికీ వ్యక్తం చెయ్యడబవచ్చు. చనిపోయిన వాళ్ళతో సంబంధాలను కల్పించుకునే రోజు వచ్చేలోగా మీరు ఎంతో మేలు వాళ్ళకు చెయ్యొచ్చు.

ఒక మనిషి శరీరం తన వ్యాపారాలను ఒక్కొక్కటిగా తగ్గించేసుకుని పూర్తిగా ఆగిపోయిన తరువాత ఆ వ్యక్తి మరణించినట్లు మనం చెబుతూ ఉంటాం. మానవుడి మెదడుకు తగినంత ప్రాణవాయువు అందకపోతే కొన్ని నిమిషాల కన్నా ఎక్కువసేపు పనిచేయలేదు. ఈ విషయం గురించి మనం ఇదివరకే చర్చించుకుని నేర్చుకుని ఉన్నాం. శరీరంలో మొట్టమొదటగా మెదడు చనిపోతుంది. మెదడు పనిచేయడం ఆగిపోయిన తరువాత మిగతా శరీరం మరణించడం అనివార్యం. ఈ "చావు"ను మేము ఇలా నెమ్మదిగా సాగదీస్తూ ఉండడానికి ఓ ప్రత్యేకమైన కారణం ఉంది.

ఓ మనిషి మెదడు మరణించిన తరువాత, మిగతా అవయవాలకు మెదడు నుంచి అందాల్సిన ఆజ్ఞలూ, సలహాలు అందవు. సంకేతాలు అన్నీ ఆగిపోయి నిశ్శబ్దం ఏర్పడుతుంది. డ్రైవరు దిగి వెళ్ళిపోయిన తరువాత రోడ్డు మీద నిశ్శబ్దంగా నిలబడి ఉన్న కారులాగా అవయవాలన్నీ కదలకుండా ఆగిపోయి ఉంటాయి. డ్రైవరు "ఇగ్నిషన్" (కారు నడవడానికి ఉపయోగపడే విద్యుత్)ను ఆపేసి దిగిపోయిన తరువాత ఇదివరకు నడుస్తున్న వేగం వల్ల ఇంజనులోంచి కొంచెం సేపు చక్రాలు తిరిగేచప్పుడు వినిపించి తరువాత అవి కూడా ఆగిపోతాయి. తరువాత ఇంజను చల్లబడడం ప్రారంభమవుతుంది. ఆ విధంగా ఇంజను చల్లబడుతున్నప్పుడు సంకోచిస్తున్న లోహాలు చేసే చిన్న చిన్న చప్పుళ్ళు మెల్ల మెల్లగా వినిపిస్తాయి. ఇదేవిధంగా మానవ శరీరంలోనూ జరుగుతుంది. ఒక్కో అవయవమూ పాడయిపోయి నిస్తేజం అయిపోతూ ఉంటుంది. అప్పుడు కూడా శరీరంలోంచి కొన్ని చిన్న చిన్న చప్పుళ్ళు కండరాలు బిగుసుకు పోతున్నప్పుడు రావచ్చు. మూడు రోజుల సమయం తీసుకుని

సూక్ష్మశరీరం కొంచెం కొంచెంగా స్థూల శరీరం నుంచి పూర్తిగా విడిపడి బయటకు వచ్చేస్తుంది. శరీరంతో వున్న అన్ని సంబంధాలనూ తెంపేసు కుంటుంది. బొడ్డు ప్రోగును కత్తిరించిన తరువాత ఆ ముక్క మెల్లగా ఎండిపోయి రాలిపోయినట్లు గాననే సూక్ష్మస్థూలశరీరాలను కలుపుతూ ఉండే సిల్వర్ కార్డ్ కూడా నెమ్మదిగా తనలో తాను ఖర్చుయిపోతుంది. ఈ విధంగా ఇంచుమించు మూడు రోజులపాటు కుళ్ళిపోతున్న స్థూల శరీరంతో బాటు సూక్ష్మశరీరం దాని దరిదాపుల్లోనే దానితో కొంత సంబంధం పెట్టుకునే ఉంటుంది.

ఒక మనిషి మరణించిన తరువాత ఇలాంటి అనుభవం కలుగుతుంది. పరుపు మీద ఆ మనిషి శరీరం ఉంటుంది. మంచం చుట్టూ ఎడుస్తున్న బంధువులూ, బహూశా కొందరు మిత్రులూ నిలబడి ఉంటారు. గొంతులో ఓ బలమైన కుదుపుతో ఊపిరితిత్తుల్లోంచి మిగిలిన గాలి చివరిసారిగా బయటకు వస్తుంది. పళ్ళ మధ్య నుంచి బయటకు వెళ్ళిపోతుంది. గుండె గబగబా కొన్ని సార్లు వేగంగా కొట్టుకుని తడబడి వేగం తగ్గిపోయిన తరువాత ఒక్కసారిగా ఆగిపోతుంది - శాశ్వతంగా.

శరీరం మొత్తం చిన్న చిన్న ప్రకంపనాలు అక్కడక్కడా జరుగుతాయి. క్రమంగా శరీరం చల్లారిపోతుంది. సరిగ్గా "చావు" సంభవించే సమయానికి యోగదృష్టి ఉన్నవారు స్థూలశరీరం నుంచి ఓ నీడలాంటి ఆకారం బయటకు రావడాన్ని గమనించవచ్చు. అలా బయటకు వచ్చిన ఆ మబ్బులాంటి సూక్ష్మశరీరం లేత వెండి రంగుతో మెరుస్తూ ఆ గదిలో ఆ శవం మీదే వ్రేలాడుతూ ఉంటుంది. స్థూలశరీరంతో కలిసే చోట్లో సిల్వర్ కార్డ్ మరీ ఎక్కువగా నల్లబడిపోయి ఉంటుంది. దాన్ని గమనించే వాళ్ళకు స్థూలశరీరం నుంచి ఓ నల్లటి దుమ్ము పొగ సన్నధారగా పైకి వెళ్తున్నట్లు కనిపిస్తూ ఉంటుంది. చివరికి సిల్వర్‌కార్డ్ స్థూలశరీరం నుంచి పూర్తిగా విడిపోతుంది. ఇక సూక్ష్మశరీరం సూక్ష్మలోకాల్లోకి వెళ్ళేందుకు సిద్ధపడి స్థూలం నుంచి స్వేచ్ఛను పొందుతుంది. కొత్త జీవితాన్ని అందుకునేందుకు సిద్ధంగా ఉంటుంది. వెళ్ళిపోయేముందు ఓ సారి క్రిందకు చూసుకుంటుంది. ఇంతకాలమూ

తనకు వసతినిచ్చిన దేహాన్ని పరికించాల్సి ఉంటుంది. సాధారణంగా ప్రతి సూక్ష్మశరీరమూ శవ వాహకంతో బాటు శ్మశానం వరకు వెళ్ళి తన స్థూలదేహానికి జరిగే అంత్యక్రియలను స్వయంగా దర్శిస్తూ ఉంటుంది. నొప్పి, దుఃఖం, దిగులూ ఏవీ ఉండవు. ఈ గ్రంథంలో మనం నేర్చుకున్న విషయాలలాంటి జ్ఞానం ఏదీలేని ఆ సూక్ష్మశరీరధారి ఓ గొప్ప దిగ్భ్రమతో మొద్దుబారిపోయి ఏ అనుభూతులనూ పొందలేని స్థితిలో ఉంటాడు. గాలితో ఎగుర్తూ ఉన్న ఓ గాలిపటం దారం రెండో చివరను పట్టుకుని పరుగెత్తే పిల్లవాడిని అనుసరించే విధంగా, లేక దారంతో కట్టబడి ఉన్న ఓ బెలూను వెళ్తూన్న కారును ఎలా అనుసరిస్తుందో సూక్ష్మశరీరం తన స్థూలశరీరాన్ని అనుసరిస్తూనే ఉంటుంది. చివరికి సిల్వర్‌కార్డ్ రాలిపోయిన తరువాత - అందులో 'వెండి' ఏమీ మిగిలి ఉండదు. అప్పటికి-సూక్ష్మశరీరం పూర్తిగా స్థూలశరీరం నుంచి వేరై పైపైకి వెళ్ళిపోతూ ఇంకో మరణాన్ని పొందడానికి సిద్ధపడుతూ ఉంటుంది. ఈ రెండో మరణంలో ఏ మాత్రం కష్టమూ, నొప్పీ ఉండదు.

ఈ రెండోసారి జరిగే మరణానికి ముందే సూక్ష్మశరీరధారి ఓ అతి విశాలమైన జ్ఞాపకాల మందిరం (Hall of Memories) లోకి వెళ్ళి తన జీవితంలో జరిగిన అన్ని విషయాలనూ సింహావలోకనం చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. అక్కడ మీ నేరాలకు శిక్ష విధించే వాళ్ళు ఎవ్వరూ ఉండరు. మీకు మీరే శిక్షలు వేసుకోవాల్సి ఉంటుందక్కడ. మీకన్నా గొప్ప కఠినమైన న్యాయనిర్ణేతలు ఇంకెవ్వరూ ఉండరు. అక్కడ మీకు గర్వం గానీ, దురహంకారం గానీ ఏవీ ఉండవు. మీరు చేసిన మోసాలూ భూమి మీద మీ అంతట మీరే నిర్మించుకున్న అబద్ధపు విలువలూ, అన్నీ అక్కడ మీ దృక్పథంలోకి వస్తాయి. భూమిమీద ఎంతో ధనాన్ని మీరు వారసత్వంగా వదిలిపెట్టేసివచ్చినా, ఎంతో గొప్ప ఉద్యోగాల్ని చేసినా, గొప్ప గొప్ప వాళ్ళని మీరు అనుకుని వాళ్ళతో పెట్టుకున్న పరిచయాలూ, సంబంధాలూ ఎన్ని ఉన్నా మీరు "నిజంగా అంత ఉత్తములు మాత్రం కార"నే విషయం మీకు అక్కడ స్పష్టంగా అర్థమవుతుంది. అనేక పర్యాయాలలో అత్యంత వినయశీలురూ, అతి పేదవాళ్ళకే ఈ "జ్ఞాపకాల మందిరం"లో చక్కటి తీర్పు లభిస్తుంది.

మిమ్మల్ని మీరు "జ్ఞాపకాల మందిరం"లో చూసుకున్నాక మీరు "మరో లోకం"లోని ఓ ప్రదేశాన్ని మీకు తగినదిగా మీరే నిర్ణయించుకుని అక్కడికి వెళ్తారు. మీరు నరకానికి వెళ్ళరు. నరకం భూలోకంలోనే ఉందని మేము చెప్పే మాటను నమ్మండి! ఆ నరకమే మనం జ్ఞానాన్ని ఆర్జించే పాఠశాల - భూలోకం మీది మన జీవితం.

ప్రాశ్చాత్యదేశాల్లోని గొప్ప రహస్యవిద్యావేత్తలూ, గొప్ప వేదాంతులూ, గొప్ప గురువులూ తమ పేరును ప్రచారం చేసుకోకుండా ఉండేవాళ్ళు; తమ నిజనామాలను అందరికీ బహిర్గతం చేస్తే కలిగే ప్రమాదాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని జీవించేవారు. ఎందుకంటే, మన పేరులో గొప్ప శక్తి ఉంది. మన పేరును ఒక్కసారి స్పష్టంగా ఉచ్చరిస్తే ఆ మాటలో జన్మించే తరంగాల నాదశక్తి వల్ల ఆ పేరున్న వ్యక్తి ఎక్కడ ఉన్నా బలవంతంగా తిరిగి మళ్ళీ భూమి మీదకు రావాల్సి ఉంటుంది. తూర్పుదేశాల్లో కొన్ని చోట్లలో కొన్ని పశ్చిమ దేశాలలో కూడా దేవుడిని "ఎవరి పేరును మనం పలుకకూడదో ఆయన" అని వర్ణిస్తూ ఉంటారు. అందరూ దేవుడిని పేరు పెట్టి పిలుస్తూ ఉంటే ఆ విశ్వనాధుడు ఎప్పుడూ భయంకరమైన ఓ హింసను అనుభవిస్తూ ఉండాల్సి వస్తుంది.

అనేక మంది గురువులు తాము మరో సన్యాస నామాన్ని స్వీకరిస్తూ ఉంటారు. ఈ రెండోపేరు మొదటి పేరుకన్నా విభిన్నమైన, ధ్వనులతో నిర్మింపబడుతుంది. గుర్తుంచుకోండి. ప్రతినామానికీ ఓ "నాద శక్తి" ఉంటుంది - ఓ నాద శృతి ఉంటుంది ప్రతి పేరునూ మనం ఉచ్చరించినపుడు ఓ నిర్దిష్ట ప్రకంపనా, ఓ నిర్దిష్ట తరంగ దైర్ఘ్యమూ ఉన్న ఓ శబ్దం పుడుతుంది. ఈ శబ్దశక్తి అత్యంత శక్తివంతమై ఉంటుంది. ఎవరైనా తమ నామాన్ని సరిగ్గా పలికితే చాలు ఆ వ్యక్తి ఎక్కడ ఉన్నా సరే ఏ పని చేస్తున్నాసరే ఒక్కసారిగా చేస్తున్న పని మీద ధ్యాస తప్పిపోతుంది. తిరిగి మళ్ళీ చూడల్సి వస్తుంది.

చనిపోయిన వాళ్ళ కోసం మనం బాధపడుతూ శోకిస్తూ ఉంటే ఆ శోకం చనిపోయిన వాళ్ళకు క్షేమకరం కాదు. సుఖంగా ఎక్కడికో వెళ్తున్నవాళ్ళని ఈ శోకం బలవంతంగా వెనక్కి లాక్కొస్తుంది. కట్టుబట్టల్తో

ఓ వ్యక్తి నదిలో మునిగితే బట్టలు నీళ్ళను పీల్చుకుని బరువెక్కి ఆ వ్యక్తినే ఇబ్బంది పెట్టే విధంగా సూక్ష్మశరీరధారికి ఓ బరువైన బంధం ఒకటి ఈ శోకం వలన ఏర్పడి ఆ సూక్ష్మశరీరాన్ని భూమి మీదకు లాగుతూ ఉంటుంది.

మనం మళ్ళీ ఒకసారి ఈ ప్రకంపనాల (vibrations) గురించి ఆలోచిద్దాం. ఈ భూమి మీద ఉన్న సమస్త జీవరాశుల ఆవిర్భావానికి, సమస్త విశ్వాల్లో ఉన్న సమస్త జీవరాసుల ఉనికికీ కారణం నిజంగా ఈ ప్రకంపనాలే. ప్రకంపనాలలో అంతర్లీనంగా ఉన్న శక్తిని మనం అర్థం చేసుకోవడానికి ఓ ఉదాహరణను గమనిద్దాం. ఓ పెద్ద వంతెన మీద అనేకమంది సైనికులు నడిచి వెళ్ళాలని అనుకోండి. ఇప్పుడు వీళ్ళందరూ ఆ వంతెనను దాటి వెళ్ళాలంటే ఆ వంతెన మీద మామూలుగా మనుష్యులు నడిచి వెళ్తున్నట్లే నడవాల్సి ఉంటుంది - చెల్లాచెదురుగా, ఓ మందలోని గొర్రెల్లా. ఆ వంతెన చాలా బలమైనదిగా ఉంటుంది. దీని మీద ఎంతో బరువున్న ఆర్మీటాంకులూ, కొన్ని ట్రెయిన్లూ కూడా వెళ్ళినా మోయగలిగినంత బలం కలిగి ఉంటుంది. ఎంతో బరువు వున్న ట్రక్కులైనా వరసగా దాని మీద వెళ్తున్నా ముందుగా నిర్ణయింపబడినంత వరకూ మాత్రమే వ్యాకోచిస్తూ స్థిరంగా నిలబడి ఉంటుంది. ఇప్పుడు ఆ సైనికులందరు ఒకే క్రమంతో కవాతు చేస్తూ నడిచారంటే ఈ బ్రిడ్జి మొత్తం మొదట నెమ్మదిగా, తరువాత వేగంగా, తరవాత ఇంకా వేగంగా కంపించి ప్రకంపనాలు మరీ ఎక్కువై ఉన్నట్టుండి కుప్ప కూలిపోతుంది!

ప్రకంపనాలను గురించి మేము ఇవ్వగలిగిన మరో ఉదాహరణ - ఓ వయొలిన్ వాద్య విద్వాంసుడు ఎంత సేపు సంగీతాన్ని తన వయొలిన్ పై పలికించిన సుఖంగా ఉంటుంది. కానీ ఒకే నాదాన్నే కొన్ని క్షణాల కాలం పాటు ఒకే స్థాయిలో వాయించాడంటే ఎదురుగా ఉంచబడిన ఓ వైన్ గ్లాసు ఉన్నట్టుండి పెద్ద చప్పుడు చేస్తూ అత్యంత ఆశ్చర్యకరంగా ప్రేలి ముక్కలయి పోవడాన్ని మనం గమనించవచ్చు!

ప్రకంపనాలను గురించిన ఉదాహరణకు ఒక చివరి అంచు సైనికుల కవాతు. అనుకుంటే రెండో చివరి అంచు సంగతేమిటి? ఓంకారం

గురించి ఆలోచిద్దాం. ఎవరైనా "ఓం మణిపద్మేహం" అనే మూడు పదాలను ఒకే నాదంతో కొన్ని నిముషాలపాటు మళ్ళీ మళ్ళీ ఉచ్ఛరిస్తూ ఉంటే ఓ గొప్ప ప్రకంపనాశక్తిని తమలోనే అనుభవించవచ్చు. కాబట్టి పేర్లకు గొప్ప శక్తి ఉన్నదని గ్రహించండి. ఈ భూమి మీదు నుంచి వెళ్ళిపోయిన వాళ్ళని అనవసరంగా మనం పిలవకూడదని గ్రహించండి. మనం మన దుఃఖాన్నీ బాధల్నీ వాళ్ళకు ఎందుకు పంచాలి? ఇక్కడ ఉన్నప్పుడు వాళ్ళు అనుభవించిన బాధలు వాళ్ళకు చాలవా?

మనం ఈ భూమిమీదకే వచ్చి ఎందుకు చావాలో అని మీరు అనుకుంటూ ఉండవచ్చు. దీనికి సమాధానం - చావువల్లే మనిషి పరిశుద్ధుడౌతాడు. కష్టాల వల్లే మనిషి పరిశుద్ధుడౌతాడు. అలాగని మరీ ఎక్కువ కష్టాలు కలగాలనుకోనక్కరలేదు. "ఏ పురుషుడు గానీ, ఏ స్త్రీ గానీ తన శక్తికి మించిన కష్టాలను అనుభవించవలసిన అగత్యం లేదు - రాదు." ఈ సత్యాన్ని ఇదివరకే మేము మీతో చర్చించాము. మన శీలానికి పదును పెట్టేందుకు ఎంత కష్టం మనం భరించాల్సివస్తుందో అంతకన్నా ఎక్కువ కష్టాన్ని ఎవ్వరూ భరించాల్సిన అవసరం కలుగదు. ఓ స్త్రీ దుఃఖాన్ని భరించలేక స్పృహ తప్పి పడిపోయిందని అనుకోండి. ఈ స్పృహ తప్పిపోవడం అనేది ఒక 'సేఫ్టీవాల్వ్' (safety valve) లాంటిది. ఓ ప్రెషర్ కుక్కర్లో ఆవిరి ఎక్కువైతే ఈ వాల్వ్ తెరుచుకుని ఎక్కువైన ఆవిరిని బయటకు పంపించేసి లోపలి ఒత్తిడిని ఉండవలసినంతే ఉంచుతుంది. అలాగే ఈ మూర్ఛ కూడా, ఆ స్త్రీకి మరింత బాధను కలిగించకుండా ఉండేందుకే ఈ మూర్ఛ నిర్దేశింపబడి ఉంటుంది. ఎంతో ప్రమాదం నుంచి ఆమెను రక్షిస్తుంది.

కొన్ని సార్లు గొప్ప మానసిక క్షోభను అనుభవిస్తూ ఉన్న వ్యక్తి మొద్దుబారిపోతాడు. ఇక్కడ కూడా పై ఉదాహరణలో లాగే ఈ 'మొద్దుబారిపోవడం' అనేది ప్రకృతి మనకు ప్రసాదించిన వరం. మనల్ని సంస్కరించడానికి, శుద్ధిచేయడానికి ఎంత క్షోభ ఉండాలో అంతకు మించిన కష్టం మనకు ఎదురైతే ఈ 'వరం' మనల్ని రక్షిస్తూ ఉంటుంది. మనం స్పృహలోనే ఉన్నా అన్ని బాధలూ మనకు అర్థం అవుతూనే ఉన్నా భౌతికమైన నొప్పి మాత్రం ఉండకుండా మనకు రక్షణ లభిస్తుంది.

ఓ మరణించిన వ్యక్తికి ఈ రక్షణ అతని కోసం శోకించే వారిలో ఏర్పడే "మొద్దుబారిపోయే" గుణం నుంచి లభిస్తుంది. అలా కాకుండా అందరూ తమ పూర్తి స్వాధీనంలో ఉండి విలపిస్తూ ఉంటే వాళ్ళందరి శక్తి ప్రోగై మరణించిన వారి మీద గొప్ప ఒత్తిడి వస్తుంది. ఓ బలమైన పాశం సూక్ష్మశరీరాన్ని క్రిందకి లాగే ప్రయత్నం చేస్తుంది.

కొంతకాలం తరువాత మరణించిన వాళ్ళతో మాట్లాడగలిగే శక్తిని మనం అందరం పొందుతామేమో, ఓ టెలిఫోన్ చేసి దూరప్రాంతాల్లో ఉన్నవాళ్ళతో సులభంగా మాట్లాడగలిగేట్లు.

ఈ పాఠ్యాంశాన్ని శ్రద్ధగా అధ్యయనం చేసి, మీ మీదా, సృష్టిలోని గొప్పశక్తుల మీదా విశ్వాసం ఉంచి మీరు కూడా మరణించిన వాళ్ళతో సంభాషించగల శక్తిని సంపాదించుకోగలరు. టెలిపతీ ద్వారా ఈ సంభాషణను జరపవచ్చు. యోగదృష్టి ద్వారా కూడా దీన్ని సాధించవచ్చు. "ఆటోమాటిక్ రైటింగ్" అని పిలువబడే ప్రక్రియ ద్వారా కూడా సాధించవచ్చు. ఈ చివరి పద్ధతిని అనుసరించేప్పుడు ఒక జాగ్రత్తను మనం తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. మన అదుపు తప్పి, వక్రీకరణచెందగలిగే "ఊహ"ను అదుపులో ఉంచుకోవాలి. బహూశా మన అచేతనత్వపు మస్తిష్కం నుంచి వస్తున్న ఈ మాటలు అచేతనంగా మనమే కల్పించినవి కాకూడదు. నిజంగా విశ్వంలో ఎక్కడో ఉన్న మరణించిన వ్యక్తి దగ్గర నుంచే మన భావగ్రాహకశక్తి ద్వారా మన అచేతన మస్తిష్కం గ్రహించిన మాటలే అయిఉండాలి. వాళ్ళను మనం చూడలేముకానీ మనం వాళ్ళకు కనిపిస్తూనే ఉంటాం.

ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉండండి. విశ్వాసాన్ని విడిచిపెట్టకండి. విశ్వాసంతో మీరు ఎన్నో మహిమలను ప్రదర్శించగలరు. "విశ్వాసంతో పర్వతాలను కదిలించవచ్చు!" అన్న మాటను మీరు ఎప్పుడూ వినలేదా? విశ్వాసానికి నిజంగా ఆ శక్తి ఉంది!

ఇరవై ఆరో పాఠం

సత్ జీవన సూత్రాలు

ఇప్పుడు మేము వేటిని "సత్ జీవన సూత్రాలు" అంటున్నామో వాటిని ఇక్కడ వ్రాస్తున్నాం. ఇవన్నీ పూర్తిగా మౌలిక సత్యాలు. అవశ్యంగా ఆచరణీయాలు. వీటికి తోడుగా మీకు ఇష్టమైన మరి కొన్ని సూత్రాలను కలుపుకోవచ్చు. మొదట ఈ సూత్రాలను మనం ఇక్కడ వ్రాద్దాం. తరువాత మరింత లోతుగా వాటిని విశ్లేషించి వాటి సారాన్ని గ్రహిద్దాం. ఆ సూత్రాలు ఇవిగో:

1. అన్యులు మీకేం చేస్తే బాగుంటుందో దాన్నే మీరూ వాళ్లకు చెయ్యండి.
2. అన్యుల తప్పులను, నేరాలను నిర్ణయించి శిక్షను నిర్దేశించకండి.
3. అన్ని పనులలోనూ సమయపాలన చెయ్యండి.
4. అన్యుల నమ్మకాలను అపహాస్యం చెయ్యకండి - మతం గురించి వాదించకండి.
5. అన్యమతాల వాళ్లను మత సహనంతో సహిస్తూ మీ మతంలోనే ఉంటూ ప్రవరించండి.
6. అద్భుతాలను ప్రదర్శించకండి.
7. అలవాటయ్యే మత్తుపానీయాల్నీ, డ్రగ్స్‌నూ ముట్టుకోకండి.

ఇప్పుడు వీటిని మరింత పరిశీలనగా చూద్దామా?

"అన్యులు మీకేం చేస్తే బాగుంటుందో దాన్నే మీరూ వాళ్ళకు చెయ్యండి" అని మేము అన్నాం కదా. ఈ మాటను సవ్యంగానే అర్థం చేసుకోండి. మీరు

సాధారణ మానవులే అయితే మిమ్మల్ని మీరు వెన్నుపోటు పొడుచుకోరు. మిమ్మల్ని మీరు వంచించుకోరు. మీకు మీరే అధిక ధరల్ని వసూలుచెయ్యరు. మీరు సాధారణ మానవుల లాగే ఉంటే మిమ్మల్ని మీరు బాగా చూసుకుంటారు. అదే విధంగా మీ పొరుగు వాళ్ళను కూడా మీరు బాగా చూసుకోగలిగితే మీరు చక్కటి జీవిత సూత్రాన్ని ఒకదానిని పాటిస్తూ ఉన్నట్లే లెక్క. ఇదే మాట ఇంకో విధంగా చెప్పబడితే "ఇంకొకళ్ళు మీకేం చేస్తే బావుంటుందో మీరూ అందరికీ అలాగే చేయండి" అనవచ్చు. మన రెండో చెంపను చూపించే పద్ధతి మంచి వాళ్ళ దగ్గర చాలా బాగా పనిచేస్తుంది. మీ నిర్మలమైన వ్యక్తిత్వాన్ని మెచ్చుకోలేని స్వభావం ఉన్నవాళ్ళ దగ్గర రెండు మూడుసార్లు మౌనంగా బాధను భరించిన తరువాత మీరు "ఆ వ్యక్తికి దగ్గరగా వెళ్ళకూడదు" అని మేము ఇచ్చే సలహాను పాటించి తీరాలి. ఈ ప్రపంచాన్ని మీరు దాటిపోయిన తరువాత విమ్మల్ని బాధపెట్టేవాళ్ళు ఎవ్వరూ కలుసుకోలేరని మీరు విశ్వసనీయంగా తెలుసుకోవచ్చు. దురదృష్టవశాత్తూ, మనం భూమి మీద అందమైన, భయంకరమైన వ్యక్తులను కలుసుకోవలసివస్తుంది. అవసరానికే తప్ప ఇష్టపడి మాత్రం మీరు వాళ్ళను కలుసుకోవడం లేదని మరచిపోకండి. ఇంకొకళ్ళకు సంతోషం కలిగించే పనిని మీరు చేస్తే మీ వ్యక్తిత్వం విశిష్టమైనదౌతుంది. అప్పడే ఇంకొకళ్ళకు మీరు వెలిగే దివ్వెలా మార్గదర్శకులవుతారు. మంచివాళ్ళని పేరు తెచ్చుకుంటే, మిమ్మల్ని మోసం చేసిన వ్యక్తిని ఎవ్వరూ క్షమించరు. ఇంకొక్క విషయం. ఎంత గొప్ప మోసగాడైనా ఈ భూమి మీద నుంచి ఒక్క పైసాను కూడా తనతో బాటు తీసుకెళ్ళలేడు!

మనం ఇంకో సూత్రాన్ని కూడా వల్లిస్తూ ఉంటాం - "నేరాలను ఎంచి శిక్ష విధించకండి" అని. మీరు శిక్ష విధించిన మనిషి లాగానే మీరూ అదే పరిస్థితిలో అదే నేరం చేస్తూ ఉండవచ్చు. మీరు ఎలాంటి పరిస్థితిలో ఆ తప్పను చేశారో మీకు బాగా తెలుసు - కానీ ఇంకెవరికీ వాటి గురించి తెలియవు. మీకు అత్యంత ప్రీతిపాత్రులైన అత్యంత సన్నిహితులకు కూడా చెప్పకోలేని తప్పల్ని మీరు చేసి ఉండవచ్చు. ఈ ప్రపంచంలో ఏ వ్యక్తీ

మరొకరితో సంపూర్ణంగా ఏకీభవించి కలిసి ఉండలేడు. బహుశా మీకు పెళ్ళి జరిగి ఉండవచ్చు. మీ జీవిత భాగస్వామితో లేక సహధర్మచారిణితో మీరు చాలా సంతోషంగా సహజీవనం చేస్తూ ఉండవచ్చు. ఆ విధంగా ఇద్దరూ అన్యోన్యంగా జీవిస్తూ ఉన్నా ఆ ఇద్దరిలో ఎవరో ఒకరు ఇంకొకరికి ఏ మాత్రం జీర్ణించుకోలేని పనిని ఎందుకో చేస్తారు. ఓ మనిషి ఓ నేరాన్ని ఎందుకు చేస్తాడో వర్ణించడం సాధారణంగా వీలయ్యే పనికాదు.

"మీలో పాపం చెయ్యని వారే ముందుగా రాయిని విసరాలి". "గాజు మేడల్లో ఉండేవాళ్ళు ఇంకొకళ్ళ మీద రాళ్ళు రువ్వరు". ఈ మాటలు గొప్ప సత్యాలను మనకు బోధిస్తూ ఉంటాయి. ఎందుకంటే, మనలో అమాయకులు ఎవ్వరూ లేరు. పాపం చెయ్యని వాళ్ళు ఎవ్వరూ లేరు. నిర్మలంగా పవిత్రంగా ఉండేవాళ్ళు ఈ పాపిష్టి భూలోకంలో ఎవ్వరూ లేరు. కాబట్టి "పాపం చెయ్యని వాళ్ళే నిజంగా రాళ్ళను విసరవచ్చు" అని చెబితే రాయిని విసిరేందుకు అర్హత ఉన్నవాళ్ళెవరూ భూమి మీద ఉండరు!

మనం అందరం ఈ భూమి మీద అంతులేని గందరగోళంలో జీవిస్తూ ఉన్నామని మోటుగా చెప్పకోవాల్సివస్తుంది. అందరూ ఇక్కడికి నేర్చుకోవడానికి వస్తారు. నేర్చుకోవాల్సి విషయాలేవీ ఈ భూమ్మీద లేకపోతే ఎవ్వరూ ఇక్కడ జన్మించరు. ఇంకెక్కడో ఉన్న మంచి చోటికి వెళ్ళి అక్కడ జన్మిస్తారు. మనం అందరం తప్పలు చేస్తాం. మనలో చాలామంది చేయని తప్పలకు నిందింపబడుతూ ఉంటారు. మంచి చేసిన మనలో చాలా మందికి కలుగవలసిన గౌరవం లభించదు. కలగక పోతేనేం? తరువాత, మనం ఈ భూమిని, మనం నేర్చుకుంటున్న విద్యల్ని నేర్పతున్నా ఈ పాఠశాలను, వదిలి వెళ్ళిపోయిన తరువాత అక్కడి ప్రమాణాలు భూమి మీద కంటే భిన్నంగా ఉన్నట్టుమనకు అర్థమవుతుంది. అక్కడి ప్రమాణాలు పౌండ్లు, స్టెర్లింగ్‌ల్లో ఉండవు, డాలర్లలో ఉండవు- పసోల్లోనో, రూపాయల్లోనో ఉండవు. భూమి మీద ప్రమాణాలు అక్కడ చెల్లవు. అక్కడి ప్రమాణాలు భిన్నంగా ఉంటాయి. అక్కడ మన నిజమైన విలువతో మనలను లెక్కిస్తారు. కాబట్టి - ఎవరినీ "నిందించి దండించకండి".

ఇక మూడవ సూత్రం - "మీరు చేసే పనులన్నింటినీ సకాలంలో చెయ్యండి" ఈ సూత్రం మిమ్మల్ని బాగా ఆశ్చర్యపరచవచ్చు, కానీ, ఇది చాలా సహేతుకమైనది. అందరూ పనులను చెయ్యాలని నిశ్చయించుకుంటారు. ఎప్పుడు చెయ్యాలో నిర్ణయించుకుంటారు. ప్రతి పనికీ ఒక చోటు, ఒక సమయమూ ఉంటాయి. కాలయాపన చెయ్యడం వలన మనం ఇంకొకరి కార్యచరణ ప్రణాళికను భగ్నం చెయ్యవచ్చు. మనకోసం నిరీక్షిస్తూ ఉన్న వ్యక్తి నిరసనకు మనం గురికావచ్చు. ఒక్కోసారి నిరీక్షిస్తూ ఉన్న వ్యక్తి నిరాశ నిస్పృహలు ఆవరించవచ్చు. అటువంటి పరిస్థితుల్లో ఆ వ్యక్తి తాను సంకల్పించిన పనికి సరిగ్గా విరుద్ధమైన పనిని చేసేందుకు సంసిద్ధుడు కావచ్చు! కాబట్టి మనం కాలయాపన చెయ్యడం వల్ల ఇంకో వ్యక్తి తాను సంకల్పించిన పనికి విభిన్నమైన మరో కార్యాన్ని చేసేందుకు పూనుకుంటే ఆ పరిస్థితికి మనమే బాధ్యులమవుతాము.

సమయ పాలన, కాలయాపన లాగే అలవాటును కలిగించే ఓ గుణం, కానీ సమయపాలనే బావుంటుంది. శరీరానికీ, మనస్సుకూ ఆత్మకు కూడా క్రమశిక్షణను కలిగిస్తుంది. తన మాట మీద నిలబడే లక్షణం కలిగి ఉండడంవల్ల ఆత్మగౌరవాన్ని నిలబెడుతుంది. సమయ పాలన వల్ల ఇతరులను కూడా మనం గౌరవించినట్లే అవుతుంది. ఇతరుల మీద మంచి అభిప్రాయం ఉండకపోతే సమయపాలన చేయలేం కదా. ఈ సద్గుణం మన మానసిక, ఆధ్యాత్మిక ఉన్నతికి దోహదం చేస్తుంది.

ఇప్పుడు మతం గురించి: "అన్య మతాల వారిని ద్వేషించకండి". ఎగతాళి చేయకండి. మీరు దీన్ని వారు దాన్నీ నమ్ముతున్నారు. దేవుడిని ఏ పేరుతో పిలిస్తే ఏమిటి అభ్యంతరం? ఏ పేరుతో పిలిచిన ఆయన దేవుడే కదా? ఓ నాణానికి ఉన్న రెండు ప్రక్కల గురించి మీరు వాదించగలరా? మానవ చరిత్ర ఎక్కడ తిరగేసి చూచినా మత దురహంకారమే మనకు కొట్టొచ్చినట్లు కనిపిస్తుంది. మంచి ఆలోచనలను మనలో కలగించాల్సిన మతాలు తద్విరుద్ధంగా మనుష్యులకు కీడే చేస్తున్నాయి.

అయిదవ సూత్రంలో కొంత భాగాన్ని మీకు వినిపించి చెప్తాం. - "మీ మతంలోనే మీరు ఉండండి." - అని. మతం మార్చుకోవడం వివేకం అనిపించుకోదు. భూమిమీద మన జీవితం నది మధ్యలో ఉన్నట్లు ఉంటుంది. ఇలాంటి నది మధ్యలో మనం గుర్రాల్ని మార్చుకోవచ్చా?

మనలో చాలామంది ఓ ప్రణాళికను నిర్ణయించుకునే భూమి మీదకు రావడం జరుగుతుంది. ఆ ప్రణాళికను అనుసరించి మనం ఓ మతంలోనే లేక ఓ మతంలోని ఓ శాఖలోని కొన్ని సత్యాలను మాత్రమే విశ్వసిస్తూ జీవించాల్సి ఉంటుంది. అత్యంత బలవంతమైన కారణం ఉంటే తప్ప ఎవ్వరూ తమ మతం మార్చుకోకూడదు.

బాల్యంలో మనం మాట్లాడ్డం ఎలా నేర్చుకుంటామో అదే విధంగా మన మతం గురించి కూడా నేర్చుకుంటాం. మనం పెద్దయ్యాక ఓ కొత్త భాషను నేర్చుకోవాలంటే కష్టం ఎక్కువగానే ఉంటుంది. అదే విధంగా ఇంకో మతం లోని ధర్మసూక్ష్మాలను సక్రమంగా గ్రహించడం కూడా అత్యంత కష్టతరంగా ఉంటుంది.

మతం మార్చుకోమని ఇంకొకరిని ఆదేశించే ప్రయత్నం కూడా మీరు చేయకూడదు. మీకు, మీ స్వభావానికి సరిపడే మతం ఇంకొకరికి, ఇంకొకరి స్వభావాలకు సరిపడకపోవచ్చు. ఇక్కడ ఒకసారి మన రెండవ సూత్రాన్ని జ్ఞప్తికి తెచ్చుకుని ఎవ్వరినీ విమర్శించకండి - ఎవ్వరిమీదా మీ తీర్పును రుద్దకండి. ఇంకొకరికి ఏ మతం నచ్చుతుందో మీరు ఎలా నిర్ణయించగలరు? అలా నిర్ణయించాలంటే మీరు ఆ మనిషి చర్మంలోకి మొదట దూరాల్సి ఉంటుంది. తరువాత ఇంకా లోతుగా అతడి మనస్సులోకి దూరాల్సి ఉంటుంది. తరువాత ఇంకా లోతుగా అతడి ఆత్మవరకూ వెళ్లాల్సి ఉంటుంది. ఇలాంటి శక్తి మీకు లేకపోతే ఇంకొకరి మత విశ్వాసానికి అడ్డం రావడం గానీ, ఇంకొకరి విశ్వాసాన్ని బలహీనపరిచే ప్రయత్నం చెయ్యడం గానీ, ఇంకొకరి మత విశ్వాసాల్ని దూషించడం గానీ, ఎగతాళి చెయ్యడం గానీ పూర్తిగా అవివేకం. ఇంకొకరు మనల్ని ఏ విధంగా సంతోషపెడ్తారో ఆ విధంగానే మనమూ వాళ్లకి చెయ్యాల్సి ఉంటుంది కాబట్టి మనం మత సహనం కలిగి

ఉండి, ఇంకొకరు తమ ఇష్టం వచ్చిన మత విశ్వాసాలను కలిగి ఉండేందుకు పూర్తి స్వేచ్ఛనూ, పూర్తి స్వాతంత్ర్యాన్నీ ఇవ్వవలసి ఉంటుంది. మన పనికి ఎవరైనా అడ్డం వస్తే మనం విసుక్కుంటాం. అదే విధంగా ఎదుటి మనిషి కూడా విసుక్కోవచ్చని మనం గ్రహించాల్సి ఉంటుంది.

ఆరో సూత్రం ఏమిటంటే "అద్భుతాల్ని ప్రదర్శించకండి" అని. అనేక ఇంద్రజాల విద్యలు హానికరంగా ఉంటాయి. గూఢవిద్యల్లో (Occultism) సరయిన గురువు తోడు లేకుండా స్వయంగా అభ్యాసం చెయ్యడం అత్యంత హానికరం.

ఓ ఖగోళ శాస్త్రజ్ఞుడు శక్తివంతమైన టెలిస్కోపుల్లోంచి సూర్యుణ్ణి నేరుగా చూడడు. తగిన జాగ్రత్తను తీసుకోనిదే ఆ పని చెయ్యడు. టెలిస్కోప్‌లో అనేక 'సన్ ఫిల్టర్స్'ను వాడి కాంతిని బాగా తగ్గించేశాక మాత్రమే సూర్యుడిని చూసే ప్రయత్నం చేస్తాడు. సూర్యుడిని శక్తివంతమైన టెలిస్కోప్ లోంచి చూస్తే కన్నుపోతుందని ఎంత చిన్న శాస్త్రజ్ఞుడికైనా అర్థమవుతుంది. ఇదే విధంగా సరయిన గురువు తోడు లేకుండా గూఢవిద్యల్ని అభ్యాసం చేస్తే ప్రయత్నం బెడిసికొట్టి తీవ్రపరిణామాలు, మానసిక రుగ్మతలు, ఊహించని కష్టాలూ వస్తాయి.

ప్రాచ్యదేశాల నుంచి యోగాభ్యాసాన్ని పశ్చిమదేశాలకు పట్టుకెళ్ళి అక్కడ అర్థకులను కొన్ని హఠయోగ భంగిమలలో హింసించడానికి మేము ఏ మాత్రమూ ఇష్టపడము. హఠయోగం తూర్పుదేశాల వాళ్ళకి తగినట్లు ఉంటుంది. వాళ్ళ శరీరతత్వం హఠయోగానికి సరిపడుతుంది. అక్కడ వాళ్ళ శరీరాలు బాల్యం నుంచి అలాంటి సాధనలు చేస్తూ ఉండడం వల్ల హఠయోగం వాళ్ళకు బాగానే ఉంటుంది. ఒక చక్కటి పేరు పెట్టి నేర్పించే ఈ రకరకాల బంధాల వల్ల పాశ్చాత్యుల శరీరాల్లో కండరాలు ఎక్కడివి అక్కడే పట్టుకుపోయి అంతులేని బాధలు పడాల్సి వస్తుంది. కాబట్టి మనం ఇతర గూఢ విద్యలను వివేకంతో, విచక్షణతో సరియైన ఆధ్యాత్మిక శిక్షణ పొంది ఉన్నవాళ్ళ దగ్గరే సరిగ్గా నేర్చుకుందాం.

"మరణించినవాళ్ళతో మాట్లాడ్డం" లాంటివాటిని మాత్రం అభ్యసించవద్దని మా సలహా. ఈ విద్యను సాధించవచ్చు. సాధించిన వాళ్ళు ఎందరో ప్రతిరోజూ దీన్ని చూస్తూనే ఉన్నారు. కానీ, తగిన గురువు యొక్క అజమాయిషీ లేకుండా జరిపే ఈ ప్రక్రియ సాధకుడికి - మరణించిన వారికి కూడా బాధాకరంగానే ఉంటుందని అర్థం చేసుకోండి.

ప్రతిరోజూ ప్రొద్దున్నే న్యూస్‌పేపర్లో తమ "రాశిఫలాలను" చాలామంది చదివి తెలుసుకుంటారు! కొంతమంది ఈ జ్యోస్యాల్ని పూర్తిగా నమ్ముతూ ఆ జ్యోతిష్యాలకు తగినట్లే నడుస్తూ ఉండడాన్ని మనం గమనించవచ్చు. ఓ వ్యక్తి జన్మించిన సమయం నుంచి లెక్కపెట్టి నిష్ణాతుడైన ఓ జ్యోతిష్కుడి ద్వారా వ్రాయబడ్డ జ్యోతిష్యాన్ని మాత్రమే నమ్మాలి. న్యూస్ పేపర్‌లో వచ్చే జ్యోతిష్యాలను నమ్మకండి. కానీ, "సరిగ్గా జ్యోతిష్యాన్ని వ్రాయడం" అనేది శ్రమతోనూ, "వ్రాయించడం" ఖర్చు తోనూ కూడుకుని ఉన్న పని అని గుర్తుపెట్టుకోండి. జ్యోతిష్కుడు అనేక లెక్కలను చేయవలసి వస్తుంది. సూర్యుడు ఎక్కడ నుంచుని ఉన్నాడో, చంద్రుడు ఎక్కడ ఉన్నాడో, ఓ మనిషి జుత్తు రంగు ఏమిటో లేక ఓ మనిషి కాలివ్రేలు పైకి కదులుతుందో కదలదో ఇలాంటి విషయాలే గాక ఎంతో ప్రావీణ్యత సంపాదించగలిగిన వాడే సరియైన జ్యోతిష్యాన్ని చెప్పగలడు! కాబట్టి, ఖర్చుపెట్టడానికి మీ దగ్గర బోలెడు డబ్బు ఉండి జ్యోతిష్యంలో సరయిన నిష్ణాతుడై, ఓపికా, తీరికా ఉన్న జ్యోతిష్కుడు మీకు లభిస్తే తప్ప జ్యోతిష్యం జోలికి పోకండి. తప్పుడు జ్యోతిష్యం మీకు హానినే కలిగిస్తుంది. ఇలాంటి విషయాల గురించి కాక - సవినయంగా మేము చెబుతున్న సలహాను మీరు వినగలిగితే - ఈ గ్రంధంలాంటి పుస్తకాలను చదవండి. మన ఈ గ్రంధంలో - నిజానికి -భౌతిక ధర్మాలు మాత్రమే - శ్వాస ఎలా జరపాలి? - నడక ఎలా నడవాలి? - ఇలాంటి విషయాలే వర్ణించబడి ఉన్నాయి కదా! ప్రాకృతిక ధర్మాలన్నీ సత్యాలే కదా!

మనం ఆచరించాల్సిన చివరి జీవిత సూత్రం "మత్తు పానీయాల్నీ, డ్రగ్స్‌నీ ఉపయోగించకండి", ఈ గ్రంధంలో మేము ఈ విషయం గురించి చెప్పాల్సిన మాటల్ని ఇదివరకే చెప్పి ఉన్నాం. త్రాగుడు వల్ల సూక్ష్మశరీరం స్థూలశరీరం నుంచి తరిమివేయబడుతుందనీ, ఒక్కోసారి సూక్ష్మశరీరం ఉన్నచోట్లో

బిగుసుకిపోయి కదలలేని పరిస్థితికి చేరుకుంటుందనీ మేము చెప్పిన విషయాలు మీకు గుర్తుండే ఉంటాయి.

మత్తు పానీయాలు ఆత్మను కల్లోలపరుస్తాయి. సిల్వర్ కార్డ్ నుంచి పయనించే అనుభావలను ఇవి వక్రీకరింపగలుగుతాయి. మెదడు పనిచేసే పద్ధతిని త్రాగుడు పాడు చేస్తుంది. ఈ మెదడే మనకున్న ఓ శక్తివంతమైన ఆలోచన ప్రసారక, గ్రాహకయంత్రం. ఇహానికీ పరానికీ కూడా మనకు శ్రేయస్సు కలగాలంటే మన మెదళ్ళు బాగా ఉండాలి.

'డ్రగ్స్' చేసే హాని ఇంతా, అంతా కాదు. మత్తు పానీయాల కంటే కొన్ని డ్రగ్స్ మరింత హానికరమైనవి. డ్రగ్స్ అలవాటు వ్యసనంగా సులభంగా మారిపోతుంది. ఈ వ్యసనం మనల్ని భూమ్మీదే అనంతంగా మళ్ళీ మళ్ళీ పుడ్తూ ఉండేలా చేయగలుగుతుంది. ఈ వ్యసనం వల్ల భూమ్మీది విలువలు నశించిపోతాయి. మత్తుపానీయాలూ, డ్రగ్స్ తియ్యటి మాటల్లాగా మనకు వినిపించినా ఈ వ్యసనాల వల్ల నిర్మింపబడే కర్మ నుంచి విమోచనం పొందడానికి మనకు అనేక జన్మలు అవసరం కావచ్చు.

జీవితం ఓ క్రమ పద్ధతిలో ఉండాలి. ఓ క్రమశిక్షణ అందరికీ అవసరం. ఓ మత విశ్వాసం ఓ వ్యక్తిలో నశించిపోకుండా ఉన్నంతవరకూ ఓ వ్యక్తిలో ఓ మానసిక, ఓ ఆధ్యాత్మిక క్రమశిక్షణను నిర్మిస్తుంది. ఇప్పుడు మనం ప్రపంచంలో ఎక్కడ గమనించినా నాశనమవుతున్న యువతీయువకుల మూకలను చూడొచ్చు. రెండవ ప్రపంచయుద్ధం ముగిసినప్పటి నుంచీ కుటుంబ వ్యవస్థ పతనం ప్రారంభమయింది. బహూశా తండ్రి యుద్ధానికి తల్లి ఫ్యాక్టరీలో పనిచెయ్యడానికీ పోయి ఉన్నప్పుడు పెద్దల అదుపులేని ఈ పిల్లలు రోడ్డున పడి, తామే ఏర్పరచుకున్న కట్టుబాట్లతో అనేక ముఠాలుగా తయారై భ్రష్టుపట్టి హింసా ప్రవృత్తిని అనుసరిస్తున్నారు. మళ్ళీ తల్లితండ్రుల ప్రేమ పిల్లలకు అంది వాళ్ళు యోగ్యులుగా ఎదిగితేనే తప్ప ఇప్పటి భూమ్మీది హింసా ప్రవృత్తిపోదు. యువకులు చేసే నేరాల సంఖ్య తగ్గదు; పెరుగుతూనే ఉంటుంది. కాబట్టి మానసికంగా మనం క్రమశిక్షణను సాధించగలిగితేనే ఇంకొకరికి మార్గదర్శకంగా ఉండగలం. ఓ అల్లరిమూక నుంచి ఓ సైనిక పటాలాన్ని గుర్తుచేయగలిగేది కేవలం క్రమశిక్షణ మాత్రమే.

ఇరవై ఏడవ పాఠం

హిప్నోటిజమ్

ఇప్పుడు మనం మన పాత స్నేహితుడైన, మన అచేతనత్వపు మనస్సును ముందుకు తీసుకొచ్చి నిలబెడదాం - ఎందుకంటే మన మనస్సులోని చేతనత్వం ఉన్న భాగానికీ, అచేతనత్వపు భాగానికీ మధ్య ఉన్న సంబంధం "యోగ నిద్ర" (HYPNOTISM) ఎలా పనిచేస్తుందో మనకు తెలియజేస్తుంది కాబట్టి.

నిజానికి మనలో ఇద్దరు మనుష్యులుంటారు. ఒక పెద్దాయన. ఒక చిన్నవాడు. పెద్దాయన పరిమాణంతో పోలిస్తే ఈ చిన్నవాడు తొమ్మిదోవంతు పరిమాణంతోనే ఉంటాడు. కానీ, చాలా హుషారుగా, అన్నింటిలోనూ తలదూరుస్తూ, ఆధిపత్యాన్ని చలాయిస్తూ, మనస్సు అదుపులో ఉంచే ప్రయత్నం చేసేందుకు ఉవ్విళ్ళూరుతూ ఉంటాడు. ఇక ఆ పెద్దాయనను - "అచేతనత్వపు స్థితిలో ఉండే మనస్సు" (subconscious) అనవచ్చు. సౌశీల్యం ఉన్న ఓ మహాకాయుడిగా మనం ఈయన్ను ఊహించుకోవచ్చు. ఆలోచించగల శక్తి మాత్రం ఉండదు ఈయనకు. చైతన్యపు స్థితిలో ఉన్న మనస్సుకు ఆలోచించే శక్తీ, తర్కమూ, వివేకమూ ఉంటాయి కానీ జ్ఞాపకశక్తి మాత్రం ఉండదు. అచేతనత్త్వపు స్థితిలో ఉన్న మనస్సుకు ఆలోచనా, వివేకమూ, తర్కాలూ వుండవు కానీ జ్ఞానమూ, జ్ఞాపకశక్తి మాత్రం ఉంటాయి. ఓ వ్యక్తి అన్ని అనుభవాలూ, ఆ వ్యక్తి జన్మించక ముందు జరిగిన విషయాలతో సహా,

ఈ అచేతనత్త్వపు మనస్సులో నిక్షిప్తమై ఉంటాయి. ఓ సరైన యోగనిద్ర ప్రక్రియతో వీటిని బయటకు తీసుకువచ్చి పరిశీలించే వీలు ఉంది.

ఒక ఉదాహరణ కోసం ఈ మొత్తం శరీరాన్ని ఓ గ్రంధాలయంగా ఊహించండి. ఈ గ్రంధాలయంలో ముందున్న ఓ గదిలో గ్రంధాలయ అధికారి (librarian) కూర్చుని ఉంటుంది. ఆమె దగ్గరున్న సుగుణం ఏమిటంటే అన్ని రకాల విజ్ఞానం గురించి ఆమెకు తెలియకపోయినా ఏ పుస్తకాల్లో ఎవరికి కావాల్సిన విజ్ఞానం, సమాచారం ఉందో ఆ పుస్తకాలను ఇట్టే గుర్తించగలుగుతుంది. తన ముందున్న గ్రంధసూచికాదొంతర్ల (book filing cards) లో వెతికి ఎవరికి కావలసిన ఏ పుస్తకాన్నయినా సులభంగా తీసి ఇవ్వగలుగుతుంది. మనలో కూడా ఇలాంటి తీరే కనిపిస్తుంది. మన చేతనత్త్వపు మనస్సు ఆలోచించగలుగుతుంది (మమూలుగా తప్పడు ఆలోచనలే వస్తూంటాయి!); ఒక విధమైన తర్కాన్ని సృష్టించగలుగుతుంది. కానీ జ్ఞాపకశక్తి మాత్రం ఉండదు. ఈ చేతనత్వపు మనస్సుకి కూడా ఇందాక మనం చూసిన లైబ్రేరియన్‌లాగే ఉన్న సుగుణం ఏమిటంటే మనం దానికి నేర్పిస్తే ఉత్సాహంతో నేర్చుకుని లోపల ఉన్న అచేతనత్త్వపు మనస్సును ప్రేరేపించి అక్కడి జ్ఞానకణాల్లోని జ్ఞానాన్ని అందుకుని మనకు అందిస్తుంది. ఈ చేతనత్వపు, అచేతనత్వపు మనస్సులోని, ఆలోచనలను 'బయటే' అపేస్తూ వుంటుంది. దీనికి అర్థం ఏమంటే, ఎప్పడు పడితే అప్పడు అచేతనత్త్వపు జ్ఞాపకాలను కదిపి చూసే వీలు చేతనత్త్వపు మనస్సుకు ఉండదని. ఇలాంటి జాగ్రత్త ఎంతో అవసరం. లేకపోతే మొదటిది రెండో దాన్ని ఏనాడో మలినం చేసి పారేసి ఉండేది. అచేతనత్వపు మనసుకు కేవలం జ్ఞాపకశక్తీ, జ్ఞాపకాలే తప్ప ఆలోచనా శక్తి లేదని మేము ఇందాకే చెప్పాము. ఆలోచనాశక్తే గనుక అచేతనత్త్వపు మనస్సుకు ఉన్నట్టయితే ప్రమాదం ఏర్పడుతుంది. ఒకవేళ అచేతనత్త్వపు మానసానికి ఆలోచనాశక్తి కూడా తోడయితే అది ఈ విధంగా "ఛా! ఏడ్చినట్లుంది! ఇది ఇలా ఉండడానికి వీలులేదు! విషయాలనన్నింటినీ నేను తప్పగా అర్థం చేసుకున్నట్టుంది! మొత్తం చెరిపేసి మళ్ళీ వ్రాసుకుంటాను" అనవచ్చు. అందువల్లే అచేతనత్త్వ మానసానికి ఆలోచనా, చేతనత్త్వపు మానసానికి జ్ఞానమూ పరస్పరాశ్రయాలుగా ఉండవు.

ఇక్కడ రెండు సూత్రాలను గుర్తుంచుకోవాలి :-

1. అచేతన మానసానికి వివేకం ఉండదు. అందువల్ల అది తనకు అందిన సలహాను యధాతధంగా ఆచరించి ఊరుకుంటుంది. తనకు అందిన మాట సత్యమైనా, అసత్యమైనా తనలో అలాగే దాచి ఉంచుకుంటుందే తప్ప తనకు అందిన విషయం "సరియైనదా, కాదా" అని విశ్లేషించి చూడలేదు.
2. చేతనత్త్వపు మానసం ఏ సమయంలోనైనా ఒక్క ఆలోచన మీద మాత్రమే లగ్నం కాగలిగి ఉంటుంది. మనం నిరంతరంగా ఎన్నో అనుభూతుల్ని పొందుతూ, అభిప్రాయాలను ఏర్పరచుకుంటూ, వస్తువుల్ని 'చూస్తూ', వస్తువుల్ని 'ముట్టుకుంటూ' ఉంటాం. మన అచేతనత్త్వపు మనస్సుకు తగిన రక్షణ లేకపోతే అన్నిరకాల సమాచారాలూ లోపలికి దూరి మన జ్ఞాపకాలు అన్నీ పనికిరాని చెత్తతో కలిసి పోతాయి; పాడయిపోతాయి. చేతన అచేతనాల మధ్య ఉన్నతెర - ఇలాంటి విషయాలనన్నింటినీ అచేతనత్త్వపు మానసానికి జాగ్రత్తగా భద్రపరిచే నిమిత్తం పంపించేవరకూ - అపి ఉంచుతుంది. ఈ తెర అన్ని విషయాలనూ 'బయటే' ఆపి ఉంచుతున్న సమయంలో చేతనత్త్వపు మనస్సు ఒక్కో సమయంలో ఒక్కో ఆలోచన మీదే తనను తాను లగ్నం చేసుకోగలదు కాబట్టి, ఉన్న ఆలోచనలతో అత్యుత్తమంగా అనిపించిన దాన్నే దృక్పథంలోకి తెచ్చుకుని అవలోకించి, ఆలోచించి, విశ్లేషిస్తూ, కొన్ని ఆలోచనలను స్వీకరిస్తూ, కొన్ని ఆలోచనలను తిరస్కరిస్తూ తన వ్యాపారాన్ని కొనసాగిస్తూ ఉంటుంది.

"ఇది తప్పేమో" అని మీరు అనవచ్చు. మీరు ఒకేసారి రెండు మూడు ఆలోచనలను చేయగల సమర్థులమని అనుకుంటూ ఉండవచ్చు. మీ ఊహ తప్పు. ఆలోచన చాలా త్వరగా కదులుతుంది. మెరుపు మెరిసే వేగం కన్నా ఎక్కువ వేగంతో ఆలోచన మారుతుందని ప్రయోగాల్లో ఋజువైంది. రెండు మూడు ఆలోచనలను ఏకకాలంలో చెయ్యగలమని మీరు అనుకున్నా జాగ్రత్తగా జరిపిన ప్రయోగాల వల్ల ఒక్క సమయంలో ఒక్క విషయం మీదే ఆలోచన లగ్నమై ఉంటుందని పరిశోధకులు నిరూపించగలిగారు.

ఇదివరకే మేము మీకు చెప్పి వున్నా, అచేతనత్త్వపు మానసంలోని జ్ఞాననిధిలో ఆ శరీరానికి సంబంధించిన అన్ని అనుభవాలూ నిక్షిప్తమై ఉంటాయని మేము మళ్ళీ మీకు స్పష్టం చెయ్యాల్సి ఉంది. అచేతనత్త్వ మనస్సు ప్రాంగణం ద్వారా 'లోపలికి' సమాచారం వెళ్ళడానికి ఏ అడ్డూ ఉండదు! కానీ ఏ విషయాలు చేతనత్త్వపు మనస్సులో ఇంకా విశ్లేషింపబడలేదో అవి మాత్రం పరిశీలింపబడే వరకు అచేతనపు 'లోపలికి' చేరుకోలేవు.

ఇప్పుడు మనం 'హిప్నాటిజం' (hypnotism) ఎలా పనిచేస్తుందో చూద్దాం.

అచేతనత్త్వపు మనస్సుకు విచక్షణా శక్తిలేదు. ఆలోచించే శక్తి లేదు. తర్కించే శక్తిలేదు. కాబట్టి ఏదయినా ఒక సూచనను బలవంతంగా చేతనత్త్వపు మనస్సుకూ అచేతనత్త్వపు మనస్సుకూ మధ్య ఉన్న తెరలోంచి లోపలికి పంపించగలగితే మీ ఇష్టప్రకారం అచేతనత్త్వపు మనస్సుతో పనిచేయించుకోవచ్చు. చేతనత్త్వపు మనస్సును ఒకే ఆలోచన మీదే లగ్నం చేసి ఇస్తున్న సూచనకు బలం పెరుగుతుంది. మనం ఎవరికైనా వారు హిప్నాటైజ్ అవుతారని ఓ సూచన చేస్తే, ఆ మాటను వారు నమ్మితే వారు తప్పక హిప్నాటైజ్ చేయబడతారు. ఎందుకంటే అప్పుడు తెర కాస్త దింపబడి ఉంటుంది. చాలామంది గొప్పలు చెప్పకుంటూ ఉంటారు. తమను ఎవరూ హిప్నోటైజ్‌చెయ్యలేరని. ఒక్కసారి అని ఊరుకుంటే ఫరవాలేదు. ఈ మాటనే మరీ మరీ వాగుతారు 'హిప్నాటిజం' తమను ఏమీ చెయ్యలేదని అనేకసార్లు చెప్పడం వల్ల దాన్ని నిరోధించగలగడం పోయి ఇంకా సులభంగా లొంగిపోగల స్థితిని వారు చేరుకుంటారు - ఎందుకంటే ఇచ్ఛాశక్తికీ ఊహాశక్తికీ యుద్ధం జరిగితే ప్రతిసారీ ఊహాశక్తి విజయాన్ని సాధిస్తూ ఉంటుంది కాబట్టి. తాము హిప్నాటిజంకు లొంగకూడదని సంకల్పించుకోగానే ఊహా శక్తి విజృంభించి "నువ్వు లొంగిపోతావ్!" అని మంత్రించినట్లు ఏం జరిగిందో తెలుసుకునే లోపలే వాళ్ళు దానిలో మునిగిపోయి ఉంటారు.

ఓ మనిషి ఎలా హిప్నాటైజ్ అయిపోతాడో మీకు తెలిసే ఉంటుంది. దీని గురించి మళ్ళీ ఇంకోసారి తెలుసుకున్నందువల్ల మీకు వచ్చే ప్రమాదం

ఏదీ ఉండదు. ముందుగా హిప్నాటైజ్ చేయబడే వ్యక్తి ధ్యాసను ఆకర్షించడానికి ఓ ఉపాయాన్ని మనం ప్రయోగించగలిగితే, ఏ సమయంలోనైనా ఒకే ఒక్క ఆలోచనను మాత్రమే చేయగల చేతనత్త్వపు మనస్సును మనం బందీ చేసి పట్టుకుని తగిన సూచనలను అందిస్తే, అవి వ్యక్తి అచేతనత్త్వపు మనస్సులోకి ప్రాక్కుంటూ వెళ్తాయి.

సాధారణంగా హిప్నాటిస్టు వద్ద ఓ మెరిసే 'బటన్' కానీ, ఓ గాజు ముక్క గానీ, మరేదైనా చిన్నవస్తువు గానీ ఉంటుంది. తళుకుమని మెరుస్తూ ఉండే ఈ వస్తువు మీదే దృష్టినీ మనస్సునూ నిలబెట్టి ఉంచుకోమని హిప్నాటిస్టు తన ఆధీనంలోకి తెచ్చుకోబోయే వ్యక్తికి చెబుతాడు. తన వెనుక జరుగుతున్న కొన్ని పనులను ఆ వ్యక్తి చేతనత్త్వపు మనస్సుకు తెలియకుండా దాని ధ్యాసను మళ్ళించి ఒక విషయం మీదే దాన్ని నిలబెట్టి ఉంచడమే దీని లక్ష్యం.

హిప్నాటిస్టు ఓ వస్తువును ఓ వ్యక్తి కంటిచూపుకు 'కొంచెం పైకి' ఉండేలా పట్టుకుని దాన్నే చూస్తూ ఉండమంటాడు. కొంచెం ఇబ్బందిగా అనిపించే ఆ వైపే చూస్తూ ఉండడంవల్ల చూస్తున్న వ్యక్తి కనుగ్రుడ్లకూ కనురెప్పలకూ కూడా కొంత శ్రమను కలిగిస్తుంది. కళ్ళనూ కనురెప్పల్నీ కదిలించే కండరాల మీద ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. శరీరం మొత్తం మీద చాలా బలహీనంగా ఉండే కండరాలు ఇవే కాబట్టి సులభంగా అలసిపోతాయి.

కొన్ని క్షణాలపాటు తదేకంగా ఆ వస్తువు వంక చూసేసరికి ఆ వ్యక్తి కళ్ళు అలసిపోయి కన్నీరు రావడం ప్రారంభమవుతుంది. ఈ పరిస్థితిలో ఆ వ్యక్తి అలసిపోతున్నాడనీ, అలసటతో అతని కళ్ళు బరువెక్కుతున్నాయనీ, తాను నిద్రపోవాలని అతనికి అనిపిస్తున్నదనీ చెప్పడం హిప్నాటిస్టుకు చాలా సులభం. నిజంగానే ఆ వ్యక్తి కళ్ళు బాగా అలసిపోయి ఎప్పుడెప్పుడు వాటిని మూసుకుందామా అని అనిపిస్తూ ఉంటుంది. అప్పటివరకూ వాటిని అలసిపోయేలా చేస్తున్నది ఆ హిప్నోటిస్టే కదా! "మీ కళ్ళు అలసిపోతున్నాయ్, మీ కళ్ళు అలసిపోతున్నాయ్" అని ఒకే మాట చచ్చేంత విసుగు పుట్టిస్తూ మళ్ళీ వచ్చి తగులుతూ మనస్సును తొలిచేస్తూ అతడి రక్షణ కవచాన్ని -

ఎరుకను - ఛేదించి అతడిని "మైమరచేలా" చేస్తుంది. యధార్థానికి ఆ వ్యక్తికి ఈ మొత్తం వ్యవహారం మీద విసుగుపుట్టుకొచ్చేసి దీనికి బదులు హాయిగా నిద్రపోవడమే మంచిదని అనిపిస్తూ ఉంటుంది!

ఈ విధంగా కొన్నిసార్లు జరిగాక ఆ వ్యక్తికి హిప్నాటిస్టు మాటల మీద నమ్మకం ఎక్కువ అవుతుంది. అంటే ఆ వ్యక్తికి హిప్నాటిజానికి లోబడే అలవాటు ఏర్పడుతూ ఉందన్నమాట. కాబట్టి హిప్నాటిస్టు ఆ వ్యక్తికి "మీ కళ్ళు బరువెక్కుతున్నాయ్!" అని ఓ సూచన ఇస్తే ఆ వ్యక్తి వెంటనే ఆ సూచనను ఏ మాత్రం సందేహించకుండా నమ్ముతాడు. ఎందుకంటే ఇదివరకు కూడా హిప్నాటిస్టు చెప్పినట్లే అతడి కళ్ళు ఆ పరిస్థితుల్లో బరువెక్కిపోయాయి గనుక. ఆ విధంగా ఆ వ్యక్తి హిప్నాటిస్టు ఇచ్చే సూచనలు, సలహాల మీద కొంచెంగా నమ్మకాన్ని పెంచుకుంటూ ఉంటాడు.

అచేతనత్త్వపు మనస్సుకు ఏ మాత్రం తర్కమూ తెలియదు. దానికి విచక్షణా జ్ఞానం ఉండదు. అందువల్ల చేతనత్త్వపు మనస్సు 'కళ్ళు బరువెక్కుతున్నాయని' హిప్నాటిస్టు చెప్పగానే ఎలా నమ్ముతుందో 'మీకు నొప్పిలేదు' అనే సూచనను హిప్నాటిస్టుచెబితే ఆ మాటని "నిజమే"నని ఒప్పకుంటుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో నిపుణుడైన హిప్నాటిస్టు తన బలమైన సూచనల ద్వారా ఓ స్త్రీకి ఏ మాత్రం నొప్పి కలగకుండా సుఖ ప్రసవాన్ని జరిగేలా చూడగలడు. ఏ ఇబ్బందీ, నొప్పీ లేకుండా పాడయిన పంటిని ఓ వ్యక్తి నోట్లోంచి లాగేయబడేలా చూడగలడు. కొంత హిప్నాటిజం సాధనతో ఇలాంటి వాటిని సులభంగా సాధించవచ్చు.

మొత్తం మీద జరిగేది ఏమిటంటే ఎవరు హిప్నాటైజ్ చేయబడుతునన్నారో వాళ్ళు హిప్నాటిస్టు మాటలను నమ్ముతూ ఉంటారు. వేరే విధంగా చెప్పాలంటే ఆ వ్యక్తి కళ్ళు బరువెక్కుతునన్నాయని హిప్నాటిస్టు చెబుతాడు, ఆ వ్యక్తి అనుభంలో కూడా కళ్ళు బరువెక్కి ఉంటాయి. "కళ్ళు మూసుకుంటే ఎంతో హాయిగా ఉంటుందని హిప్నాటిస్టు చెబుతాడు. ఆ వ్యక్తి కళ్ళు మూసుకో గానే నిజంగానే అతడికి హాయిగానే ఉంటుంది.

ఓ హిప్నాటిస్టు తన సూచనలనన్నింటినీ హిప్నాటైజ్ చెయ్యబడే వ్యక్తి నిజంగా నమ్ముతూ ఉన్నాడో లేడో నిర్ధారించుకోవలసి ఉంటుంది. ఆ వ్యక్తి పడుకుని ఉన్నాడనుకోండి. - అప్పడు "మీరు నిలబడి ఉన్నారు" అని చెప్పడం నిరుపయోగమే అవుతుంది. చాలామంది హిప్నాటిస్టులు తాము చెప్పే విషయాలు నిరూపింపబడిన తరువాత మాత్రమే ఆ మటను చెబుతారు. ఉదాహరణకు:

ఓ హిప్నాటిస్టు ఓ వ్యక్తిని, చేతిని పూర్తిగా ప్రక్కకు చాపమని చెబుతాడు. ఈ మాటను అనేక సార్లు యాంత్రికంగా చెప్పిన తరువాత ఆ వ్యక్తి అలసిపోతున్నట్లు గమనించిన తరువాత "మీ చెయ్యి అలసిపోతోంది" "మీ చెయ్యి బరువెక్కుతోంది - మీ చెయ్యి అలసిపోతోంది" అని చెబుతాడు. ఈ మాటలు నిజమేనని ఆ వ్యక్తికి నిజంగా అనుభవమవుతూ ఉంటుంది కదా. మగతగా, దాదాపు గాఢనిద్రపట్టబోయే దశలో ఉన్న ఆ వ్యక్తి "ఔనయ్యా ఇంతసేపు చెయ్యిచాచి నుంచుని ఉంటే చెయ్యనొప్పి పెట్టదా? బుద్ధిలేకుండా మాట్లాడ్తున్నారే?" అని అనలేడు. హిప్నాటిస్టుకు నిజంగానే కొంతశక్తి ఉన్నట్టూ, శాసించి ఏ పనినైనా చేయించగల మహిమ ఉన్నట్టూ నిజంగా నమ్ముతూ ఉంటాడు.

భవిష్యత్తులో డాక్టర్లు, సర్జన్లు ఈ హిప్నాటిజంను తమ వైద్యానికి ఉపయోగించుకుంటారు. ఎందుకంటే హిప్నాటిజం వల్ల అనుబంధంగా ఏ ఇబ్బందులూ, జబ్బులూ రావు కాబట్టి, రోగులకు ఏ కష్టమూ, నష్టమూ ఉండదు కాబట్టి. వాళ్ళకు ఏ ఉద్వేగాలూ, విచారాలూ కలుగవు కాబట్టి. హిప్నాటిజం చాలా సహజంగా ఉండి, సూచనలకు దాదాపు అందరూ లోబడుతారు. ఎంత గట్టిగా ఓ మనిషి తను హిప్నాటైజ్ కాబడనని చెప్పకుంటూ ఉంటాడో, అంత సులభంగా ఆ వ్యక్తి హిప్నాటైజ్ చేయబడతాడు.

ఇంకొకళ్ళకు హిప్నాటైజ్ చెయ్యడం గురించి మనం ఆలోచించడం లేదు. విచక్షణారహితంగా సరయిన శిక్షణ పొందకుండా చేసే హిఁప్నాటిజమ్ వల్ల ఎంతో హానీ, కీడూ కలుగుతాయి. మా ఉద్దేశ్యం, మిమ్మల్ని మీరు "యోగ నిద్ర"లోకి పంపుకునేందుకు (హిప్నాటైజ్ చేసుకునేందుకు) సహాయం

చెయ్యాలనే. మిమ్మల్ని మీరు యోగ నిద్రలోకి పంపుకుని ఎన్నో చెడు అలవాట్లను మానుకోవచ్చు, మీకున్న బలహీనతలను జయింపవచ్చు. చలికాలంలో మీ "వంటి ఉష్ణోగ్రత"ను ఎక్కువ చేసుకోవచ్చు. ఇంకా ఇలాంటి గొప్ప అద్భుతాలు ఎన్నింటినో చెయ్యొచ్చు.

ఇంకొకళ్లను ఎలా హిప్నొటైజ్ చెయ్యాలో మేము చెప్పబోవడం లేదు. ఎందుకంటే ఎన్నో సంవత్సరాల అనుభవం ఉంటే తప్ప ఇంకొకళ్లను హిప్నొటైజ్ చేయడానికి ప్రయత్నించడం అత్యంత హానికరం. మీ ఉపయోగం కోసం మిమ్మల్ని మీరు ఎలా హిప్నొటైజ్ చేసుకోవచ్చో మేము నేర్పుతాము. హిప్నొటిజం గురించిన కొన్ని వాస్తవాలను మీ ముందుంచే ప్రయత్నం మేమిప్పడు చేస్తున్నాము. పై పాఠంలో స్వంతంగా హిప్నొటైజ్ చేసుకోవడం (self-hypnotism) (Auto-hypnotism) గురించి మీరు నేర్చుకుంటారు.

పశ్చిమ దేశాల్లో ఓ అపోహ ఉంది. 'ఎవర్నీ వెంటనే హిప్నొటైజ్ చెయ్యడానికి వీలుపడదు" అని. మేము చెప్పినట్లు, నిజంగా అపోహ ఇది. ప్రాచ్యవిద్యావిధానంలో యోగనిద్రను అభ్యసించిన వాళ్ళు ఎవరైనా వెంటనే ఎవరినైనా నిద్రలోకి పంపి 'హిప్నటైజ్' చెయ్యగలరు.

ఇంకో మాట కూడా వినిపిస్తోంది - "నైతిక ధర్మాలకు విరుద్ధమైన ఓ పనిని హిప్నొటైజ్ చేసి బలవంతం పెట్టి ఎవరిచేతా చేయించలేరు" - అని. ఈ మాట కూడా పూర్తిగా తప్పే!

సత్ప్రవర్తనతో నడుచుకుంటూ జీవిస్తున్న ఓ మంచి మనిషిని పట్టుకుని "హిప్నొటైజ్ చేసేసి" ఇక వెళ్ళి ఓ బ్యాంకును దోచుకుని రా! అంటే ఆ పనిని చేయడు - నిద్రలోంచి లేచి కూర్చుంటాడు. కానీ చాకచక్యం ఉన్న ఓ హిప్నోటిస్టు ఓ వ్యక్తిని అతనొక ఆట ఆడుతున్నట్లు, లేక ఓ నాటకంలలో నటిస్తున్నట్లు తన సూచనలనూ, సలహాలనూ జాగ్రత్తగా రచించి ఆ వ్యక్తిని మభ్యపెట్టగల సమర్థుడై ఉంటాడు.

ఓ హిప్నోటిస్టు తెలివిగా మాయ మాటలు చెప్పి ఇంకొకవ్యక్తికి హాని చేసే వీలు ఉంది. ఆ హిప్నోటిస్టు చేయలల్సిందల్లా - మంచి మాటల గారడీతో - ఆ హిప్నొటిజానికి గురువుతున్న వ్యక్తి ప్రస్తుతం ఉన్నది తన ప్రియుడితోనేననీ,

లేక ప్రియురాలితోనేననీ లేక నమ్మకమైన వ్యక్తితోనేననీ, ఇవేవీ కాక జరుగుతున్నది కేవలం ప్రస్తావించ దలచడం లేదు. ఎందుకంటే నిస్సంకోచంగా తప్పడు పనులు చేసే వాళ్ల చేతుల్లోనూ, తగినంత శిక్షణ లేని వాళ్ల చేతుల్లోనూ ఈ హిప్నొటిజం చాలా ప్రమాదకరంగా పరిణమిస్తుంది. మీరు ఓ మంచి డాక్టరు సహకారంతో తప్ప స్వతంత్రించి హిప్నొటిజం జోలికి పోకుండా ఉండడమే మంచిదని మా సలహా అత్యంత అనుభవశాలీ, మంచి పేరూ ఉన్న డాక్టరుతో కలసి లోకోపకార నిమిత్తంగా మాత్రమే హిప్నొటిజంను వినియోగించాలి.

ఆటో-హిప్నొటిజం లేక "సెల్ఫ్ హిప్నొటిజం" ద్వారా మీరు హిప్నొటిజంను మీ ఉపయోగం కోసం నేర్చుకోవచ్చు. మేము నేర్పే విధంతో మీరు దీనిని అభ్యసిస్తే మీకు గానీ ఇంకెవళ్లకూ కూడా ఎట్టి ప్రమాదమూ సంభవించదు. అంతేకాక, మీకూ ఇంకా చాలామందికీ కూడా ఎంతో మేలు జరుగుతుంది.

ఇరవై ఎనిమిదో పాఠం

సెల్ఫ్ హిప్నొటిజమ్

ఇంతకు ముందు పాఠంలోనూ, ఈ పాఠ్యాంశాల అన్నింటి ద్వారానూ మనం నిజానికి "ఒకడిలో ఇద్దరం"గా ఉన్నామని తెలుసుకుని ఉన్నాం. ఈ ఇద్దరిలో ఒకరు అచేతన మానసమైతే మరొక్కరు చేతనత్త్వపు మానసంగా తెలుసుకోగలుగు తున్నాం. ఈ "రెండైన మనం" విడివిడిగా ఎవరికి వారే అన్నట్లు కాకుండా ఒకరికోసం మరొకరుగా ఇద్దరూ పనిచేసి పరస్పర సహకారాలు అందించుకోగల వీలు ఉంది. అచేతనత్త్వపు మానసం అన్ని జ్ఞానాలనూ జాగ్రత్తగా పదిలపరిచే ఓ గొప్ప మహనీయుడు. ఓ గొప్ప గ్రంధాలయాన్ని సంరక్షిస్తున్న అధికారిలాంటివాడు. ఈయన ఎప్పడూ ఇల్లు దాటి బయటకు వెళ్ళకుండా స్వస్థలంలోనే ఉంటూ తన జ్ఞాన పరిరక్షణ తప్ప మరే పనీ పట్టించుకోకుండా కేవలం కొన్ని అజ్ఞలతో ఇంకొకరి ద్వారా సర్వ కార్యాలు నడిపిస్తూ ఉండేవాడుగా చెప్పకోవచ్చు.

చేతనత్త్వపు మానసాన్ని అంతగా జ్ఞాపకశక్తిలేని, లేక అతితక్కువ జ్ఞాపకశక్తి ఉన్న, అతి తక్కువ శిక్షణతో జీవిస్తున్న ఓ వ్యక్తిగా ఊహించుకోవచ్చు. ఇతడు పొట్టివాడే గాని గటివాడై ఉంటాడు. చకచకా పనులు చేసేస్తూ, ఉత్తినే ఉద్వేగాలకు లోనవుతూ, ఒకే విషయం మీద నిలకడగా ఉండక, అటూ ఇటూ గెంతుతూ, తనకు అవసరమైన జ్ఞానాన్నీ సలహాలనూ అచేతనత్త్వ మానసం నుంచి పొందుతూ జీవిస్తూ ఉంటాడు. "దురదృష్టవశాత్తూ", కాకపోతే "అదృష్టవశాత్తూ" అనవచ్చు కూడా ! ఈ అచేతనత్త్వపు మనస్సు

లోంచి సమాచారం అంత సులభంగా బయటికి రాదు! ఉదాహరణకు చాలా మంది మనుష్యులకు తాము భూమి మీద ఏ సమయంలో జన్మించారో గుర్తుకురాదు, ఇలాంటి జ్ఞానం అచేతనత్త్వపు మనస్సులో నిక్షిప్తమై ఉన్నా 'యోగ నిద్ర' అవహించి ఉన్న ఓ మనిషిని కాలం వెనక్కి నడిపించి అతను పుట్టక ముందు ఏం జరుగుతూ ఉండేదో స్పష్టమైన జ్ఞానాన్ని బయటకు లాగొచ్చు! ఈ అనుభవం అత్యంత ఆశ్చర్యకరంగా ఉత్తేజపూరితంగా ఉండేదయినా దాన్నిగురించి ఈ ఒక్క ప్రస్తావన తప్ప లోతుగా దీన్ని మేము చర్చించదలచుకోవడం లేదు.

మీకు ఉత్సాహం కలిగించడం కోసం మాత్రమే ఈ విషయాన్ని మీకు చెబుతున్నాము. వరుసగా ఓ వ్యక్తిని అనేక సార్లు 'యోగనిద్ర'లో పంపించి ఒక్కో సంవత్సరం వెనక్కి తీసుకెళ్తూ చివరికి అతడు జన్మించే సమయానికీ, ఇంకా వెనక్కి కూడా తీసుకెళ్లి అప్పటి విషయాలను గ్రహించే వీలుంది. అదే విధంగా ఆ మనిషిని 'ముందుకు' తీసుకెళ్లి భవిష్యత్తులో అతడు మళ్ళీ ఈ భూమి మీద ఎప్పుడు జన్మిస్తాడో అప్పటి భవిష్యద్దర్శనాన్ని కూడా సంపాదించవచ్చు!

ఈ పాఠం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం మీ అంతట మీరు "యోగ నిద్రాస్థితి"ని పొందే పద్ధతిని మీకు నేర్పించాలనే. మామూలుగా ఒక మనిషి ఇంకొకరిని యోగనిద్రలోకి పంపవచ్చు. కానీ, ఈ పాఠంలో మీ అంతట మీరే ఈ స్థితిని పొందుతారు. మనలో చాలామందికి ఇంకొకరివద్దకు వెళ్ళి, వారి ఆధీనంలోకి వెళ్ళి 'యోగనిద్రాస్థితి'ని పొందాలని అనిపించదు. వారి 'దయ'ను పొందాలని అనిపించదు. ఎందుకంటే సిద్ధాంత ప్రకారం నిర్మలంగా, ఉన్నతాశయాలుండే ఏ హిప్నాటిస్టూ ఇంకొకళ్ళకు హాని కలిగించడు. కానీ మేము నిశ్చయంగా చెప్పేది ఏమిటంటే ఇలాంటి పరిస్థితిలో కొంత స్వభావం మార్పు చెందుతుందనీ, పరిపూర్ణమైన శ్రేయస్సు మాత్రం చాలా అరుదుగా కలుగుతుందనీ చెప్పవచ్చు.

ఒక హిప్నాటిస్టు సహాయంతో 'యోగనిద్ర'లోకి వెళ్ళిన వాడు జీవితాంతం ఆ హిప్నోటిస్టు సూచనలను, సలహాలు నమ్మగలగే స్థితిలోనే

ఉండిపోతాడు. ఈ కారణం వల్లే మేము ఎవరికీ "యోగనిద్రను" సిఫారుసు చెయ్యం. వైద్య చికిత్స కోసం ఈ యోగనిద్రను తీర్చి దిద్దేంతవరకూ, మరికొన్ని జాగ్రత్తలను ఈ యోగ నిద్రకోసం తీసుకోవడం మంచిదని మా అభిమతం. ఉదాహరణకు :- ఏ వైద్యుడూ తనంతట తానే ఓ 'పేషంటు'ను 'హిప్నొటైజ్' చెయ్యకూడదు - కనీసం మరో ఇద్దరు డాక్టర్లు ఈ " యోగనిద్ర చికిత్స" జరిగేటప్పుడు నిశితంగా పరీక్షిస్తూ ఉండాలని మా ఉద్దేశ్యం. ఇంతే కాకుండా మరొక "చట్టం" కూడా వస్తే బాగుంటుందని మేము అనుకుంటున్నాం. ఈ చట్టాన్ని అనుసరించి - "హిప్నోటిజం"ను 'ప్రాక్టీస్' చేసే డాక్టర్లందరికీ కూడా హిప్నోటిజం ద్వారానే ఓ బలమైన సూచనను వాళ్ళ అంతరంగం లోకి ఏర్పరచాలి - ఈ హిప్నోటిజంను "దుర్వినియోగం చెయ్యము" అనీ, "లోకోపకారం కోసమే ఈ హిప్నాటిజంను మేము వాడుతాం" అనీ! ఇంతే గాక ఈ డాక్టర్లు ప్రతి మూడు సంవత్సరాలకోసారి మళ్ళీ "హిప్నొటైజ్" చేయించుకుని ఈ 'నియమాన్ని' ఖచ్చితంగా పాటించేట్టు చేయాలనీ, తద్వారా మాత్రమే రోగులకు జీవితాంతం రక్షణ లభించనే లభించదు! జీవితాంతం ఆ రోగులందరూ ఈ డాక్టర్ల "దయాధీనం" మీదే బ్రతకాల్సి ఉంటుంది. వైద్యులలో ఏ కొద్దిమందో తప్ప మిగతా వాళ్ళందరూ గౌరవనీయంగానే, నైతికంగా ఉన్నత విలువలతోనే ఉంటున్నారని మాకు తెలుస్తూనే ఉన్నా అక్కడక్కడా కనిపించే కొన్ని చీకటి బ్రతుకులు బ్రతుకుతున్న డాక్టర్లు నిజంగానే కారు నలుపుతో కనిపిస్తూ ఉన్నారు.

ఇక మనం 'స్వయం యోగనిద్ర' ను నేర్చుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం. ఈ పాఠాన్ని జాగ్రత్తగా అధ్యయనం చేస్తే మీలో దాచి పెట్టబడి ఉన్న అనూహ్యశక్తులూ, సామర్థ్యాలను బయటకు తీసే ఓ 'తాళం చెవి' మీకు లభిస్తుంది. జాగ్రత్తగా అధ్యయనం చెయ్యకపోతే పనికిరాని కొన్ని శబ్దాల గోలను భరించి మీ సమయాన్ని వృధా చేసుకున్నట్టే అవుతుంది.

మీరు మీ పడకగదిలోకి వెళ్ళి అన్ని కిటికీలూ, వాటికి ఉన్న తెరలూ మూసేయండి, బయటి నుంచి వెలుతురు లోపలికి రాకుండా, మీ కంటి ఎత్తుకంటే కొంచెం ఎత్తులో ఓ చిన్న 'నైట్-లాంప్' లాంటి నియాన్ (neon)

విద్యుద్దీపాన్ని అమర్చుకోవాలి. ఈ దీపాన్ని ఎలా బిగించుకోవాలంటే మీ కళ్ళు నేరుగా కాకుండా కొంచెం 'పైకి' చూస్తూ ఉండేలా ఉండాలి.

ఇప్పుడు గదిలోని దీపాలనన్నింటినీ ఆర్పేసి ఒక 'నియాన్' దీపాన్ని మాత్రం వెలిగించుకోండి. ఆ తరువాత మీ పడక మీద పడుకుని వీలైనంత సుఖంగా కాళ్ళూ చేతులూ చాచి ఉంచుకోండి. ఇప్పుడు కొన్ని క్షణాల పాటు ఏ పనీ చెయ్యకుండా శ్వాస మాత్రం వీలయినంత క్రమవేగంతో తీసుకుంటూ గడపండి. మీ ఆలోచనలను ఎక్కడెక్కడికి పరుగెత్తుతూ ఉన్నా ఫరవాలేదు. పరుగెత్తనీయండి. తరువాత, బహూశా ఒకటి రెండు నిమిషాల తరువాత, మీ ఆలోచనలు ఇష్టం వచ్చినట్లు పరుగులు తీసిన తరువాత, మిమ్మల్ని మీరు అదుపులోకి తెచ్చుకుని ఓ సారి గట్టిగా 'రిలాక్స్' అయ్యేందుకు నిశ్చయించుకోండి. మీ శరీరంలో అన్ని కండరాలనూ మీరు 'రిలాక్స్' చేసుకుంటామని నిశ్చయించుకోండి. ముందుగా కాలివ్రేళ్ళను గురించి ఆలోచించండి. ముందు కుడికాలి వ్రేళ్ళను గురించి ఆలోచించండి. ముందు కుడికాలి వ్రేళ్ళను గురించి ఆలోచిస్తే కాస్త ఎక్కువ అనుకూలంగా అనిపించవచ్చు. కాబట్టి ముందు కుడికాలి బ్రొటనవ్రేలును గురించి ఆలోచించండి. ఆలోచనను ఆ వ్రేలిమీదే ఉంచండి. మీ మొత్తం శరీరాన్ని ఓ పెద్ద నగరంలాగా ఊహించండి. మీ శరీరంలోని అన్ని కణాలలోనూ చిన్న చిన్న మనుష్యులు ఆక్రమించి ఉన్నట్టు ఊహించండి. మీ శరీరంలోని అన్ని కండరాలనూ, నరాలనూ పని చేయించేది ఈ మనుష్యులే. వీళ్ళే ప్రతి కణానికీ అవసరాలను తీరుస్తూ మీలో జీవాన్ని నింపుతున్నారు. కానీ, ఇప్పుడు మీరు 'రిలాక్స్' కావాలని అనుకుంటున్నారు! వీళ్ళందరూ తుమ్మెదల్లా ఎగుర్తూ, అక్కడ లాగుతూ, ఇక్కడ పీకుతూ ఇంకోచోట గుంజుతూ మిమ్మల్ని మీ ధ్యాస నుంచి తప్పిస్తున్న వీళ్ళు ప్రక్కకు వెళ్ళిపోవాలి. ముందుగా కుడికాలి బొటనవ్రేలు మీద మీ మనస్సును లగ్నం చెయ్యండి. అక్కిడ నుంచి ఈ మనుష్య లందరినీ 'లెఫ్ట్-రైట్' స్టెప్పులు వేసుకుంటూ 'మార్చింగ్' చెయ్యమనండి.

మీ బ్రొటనవ్రేలు నుంచి బయలుదేరి పాదం మీదకీ, అక్కడ నుంచి పాదం మడతవరకూ, చీలమండ వరకూ, కాలి పిక్కల మీద నుంచీ, మోకాలివరకూ వచ్చేయమనండి.

వీళ్ళందరూ ఇక్కడి దాకా వచ్చేసిన తరువాత మీ బ్రొటనవ్రేలూ, పాతమూ ఇవన్నీ మొద్దుబారిపోయి ఉంటాయి. జీవం ఉండదు. పూర్తిగా రిలాక్స్ అయిపోయి ఉంటుంది. ఎందుకంటే అక్కడి కణాల్లో ఎవరూ ఉండరు, స్పర్శజ్ఞానం కలిగించడానికి. ఇక్కడ ఉన్న వాళ్ళందరూ ఎప్పుడో బయలుదేరి వెళ్ళిపోయి ఉన్నారు. ఇప్పుడు మీ పిక్క వరకూ రిలాక్స్ అయిపోయి ఉంది. అక్కడి వరకూ ఏ స్పర్శజ్ఞానమూ లేదు. కాలు అక్కడి వరకూ మొద్దుబారిపోయి ఉంది. మీ కుడికాల్లో మొత్తం స్పర్శజ్ఞానం నశించింది. మొత్తం కాలు బరువెక్కిపోయి ఉంది. జీవం లేదు. మొద్దుబారి పోయి ఉంది. స్పర్శజ్ఞానం లేదు. మొత్తం రిలాక్స్ అయిపోయి ఉంది. ఈ 'మార్చ్' చేస్తున్న మనుష్యులందరినీ అలాగే మీ కుడి కన్నువరకూ నడవమనండి. అక్కడ 'డ్యూటీ' చేస్తున్న పోలీసుకు చెప్పండి ఎవర్నీ రోడ్డు మీద వెనక్కి తిరిగి వెళ్ళిపోకుండా చూడమని. మీ కుడికాలు మొత్తం బొటనవ్రేలి నుంచి తొడవరకూ పూర్తిగా రిలాక్సయిపోయే ఉంది కదా? ఇప్పుడు ఎడం కాలి మీదకు పొండి. కావాలంటే ఓ ఫ్యాక్టరీ సైరన్ మ్రోగినట్లూ, పని వదిలి వర్కంర్లందరూ మెషీన్లను వదలిపెట్టి వెళ్ళిపోతున్నట్లూ, ఇళ్ళకు తిరిగి వెళ్ళిపోతున్నట్లూ ఊహించుకోండి. వాళ్ళ కోసం ఇళ్ళ దగ్గరి భోజనాలు కాచుకుని ఉన్నట్టు వాళ్ళు అందరూ అనుకుంటున్నట్టు ఊహించండి. వాళ్ళందర్నీ ఎడమ బొటనవ్రేలి నుంచి బయలుదేరి పాదం మీదకీ, పాదం నుంచి పాదం మడత వరకూ, చీలమడ వరకూ, కాలిపిక్కల వరకూ, మోకాలి వరకూ వచ్చేయమనండి. వాళ్ళ వెనకాలే బొటనవ్రేలు నుంచి క్రాలిక్రింద భాగమంతా రిలాక్సయిపోయి ఉండడాన్ని గమనించండి. బరువెక్కిపోవడాన్ని గమనించండి. బహూశా ఆ కాలు "మీది కాదేమో" ననిపిస్తోంది కదూ?

అందరు మనుష్యుల్ని "మార్చ్" చేస్తూ వెళ్ళిపొమ్మనండి. మీ ఎడమ మోకాలి వరకూ వాళ్ళను నడిపించండి. ఇంకా తొడ వరకూ నడిపించండి. కుడివైపు లాగే దార్లో పోలీసును నిలబెట్టండి - ఎవ్వరూ తిరిగిపోకుండా చూసేందుకు.

మీ ఎడంకాలు మొత్తం రిలాక్స్ అయిపోయిందా? పరీక్షించి చూసుకోండి. కాకపోతే తప్పించుకున్న వాళ్లందర్నీ బయటకు లాక్కొచ్చి 'మార్చ్' చేయించండి. ఇప్పుడు మీ రెండు కాళ్ళూ ఫ్యాక్టరీ మూసేసి వర్కర్లు అందరూ వెళ్ళిపోయి ఖాళీగా ఉన్నట్లూ, రిపేర్లు చేసేవాళ్ళు కూడా వెళ్ళిపోయి మొత్తం నిర్మానుష్యమైపోయి నిశ్శబ్దంగా ఉంది కదూ. మీ రెండు కాళ్ళూ రిలాక్స్ అయిపోయాయి. ఇప్పుడు ఇదే విధంగా మీ కుడిచేతిని పరుగెత్తమనండి. ఓ గొర్రెల మంద వెనుక ఓ కుక్క అరుస్తూ తరిమేట్లు అందరినీ పరుగెత్తించండి. అందరినీ మీ చేతులవ్రేళ్ళ వరకూ, అక్కడినుంచి మీ అరచేతుల వరకూ, మీ మణికట్ల వరకూ, మీ ముంజేతుల వరకూ, మోచేతులు దాటే వరకూ, అందరినీ ఖాళీ చేయించెయ్యండి. మీరు రిలాక్స్ కావాలనుకుంటున్నారు. మనస్సు పరిపరివిధాల వెళ్తూంటే మీ ధ్యాసను ఒకే విషయం మీద నిలబెట్టి ఉంచాలను కుంటున్నారు. లోపలి శబ్దాలనూ, గందరగోళాన్నీ వదిలిపెట్టి మీ అచేతన మానస తాళం తెరిచి తరువాత సాధారణంగా ఏ మానవుడికీ అందుబాటులోకి రాని జ్ఞానాన్నీ, శక్తుల్నీ పొందగలుగుతారు. అందుకోసం మీ వంతు పనిని మీరు చేయవలసి ఉంటుంది. మనుష్యులనందరినీ మీ చేతుల నుంచి దూరంగా నడిపించండి. మొత్తం ఖాళీ చేయిం చెయ్యండి.

మీ కాళ్ళనూ చేతులనూ మొత్తం ఖాళీ చేయించి మనుష్యులందరూ వెళ్ళిపోయి చేతులూ, కాళ్ళు పూర్తిగా రిలాక్స్ అయిపోయి ఉన్నప్పుడు అందరూ ఊళ్ళో జరుగుతున్న టెస్ట్ మేచ్ చూసేందుకు వెళ్ళిపోతే ఖాళీ అయిపోయి ఉన్న ఇళ్ళలాగా అయిపోయి ఉన్నప్పుడూ, మిగతా దేహాన్ని కూడా ఖాళీచేయించే ప్రయత్నం ప్రారంభించండి. మీ పిరదుల నుంచీ, మీ వీపు నుంచీ, మీ పొట్టనుంచీ, మీ రొమ్మునుంచీ - మొత్తం దేహం నుంచీ మనుష్యులందర్నీ తరిమెయ్యండి. వీళ్ళ 'న్యూసెన్సు' ఎక్కువయిపోతోంది. వీళ్ళందరూ తమ తమ చోట్లల్లో ఉంటేనే మనలో ప్రాణం నిలబడి ఉంటుందనే మాట నిజమే కానీ ఇప్పుడు మాత్రం అందరికీ సెలవు ఇచ్చేసి దూరంగా తరిమేస్తున్నారు. అందరినీ సిల్వర్ కార్డ్ మీదుగా పైకి పంపించెయ్యండి. మీ శరీరానికి దూరంగా అందరినీ

పంపించేయ్యండి. మీకు చిరాకు పుట్టించే వాళ్ళు ఇక్కడ ఉండడానికి వీలులేదు. అందరూ వెళ్ళిపోతే మీరు పూర్తిగా రిలాక్స్ అవ్వొచ్చు అప్పుడు మీరు ఊహించనంత విశ్రాంతి మీకు లభిస్తుంది.

దేహాన్ని పూర్తిగా ఖాళీచేసేసి అందరూ సిల్వర్ కార్డ్ మీద క్రిక్కిరిసి ఉన్నప్పుడు సిల్వర్ కార్డ్ మొదట్లో ఓ కాపలాను ఉంచండి. వెనక్కి తిరిగొచ్చి ఎవ్వరూ మీకు విఘ్నం కలిగించకుండా.

ఓ గాఢమైన శ్వాసను తీసుకోండి. నిదానంగా, గాఢంగా తృప్తిని కలిగించే విధంగా శ్వాసను తీసుకుని కొన్ని క్షణాలు అలాగే ఉంచుకుని తరువాత మరికొన్ని క్షణాల సమయంలో నెమ్మదిగా వదిలిపెట్టండి. ఈ శ్వాస తీసుకోవడం, నిలబెట్టుకోవడం, వదిలిపెట్టడం అంతా సుఖంగా జరగాలి. ఏ ఇబ్బందీ కలుగకూడదు. సుఖంగా సహజంగా ఉండాలి.

మళ్ళీ ఇంకోసారి చేయండి. గాఢంగా, నెమ్మదిగా, తృప్తినిచ్చే ఓ గాఢమైన శ్వాసను తీసుకుని వదిలిపెట్టకుండా లోపలే ఉంచుకోండి. అప్పుడు మీ చెవుల్లో "డబ్, డబ్, డబ్" అని గుండె చేసే చప్పుళ్ళు వినిపిస్తాయి. ఇప్పుడు శ్వాసను నెమ్మదిగా, ఇంకా నెమ్మదిగా, నెమ్మదిగా విడిచిపెట్టండి. మీ శరీరం మొత్తం పూర్తిగా రిలాక్స్ అయిపోయిందని మీకు మీరే చెప్పకోండి. ఒళ్ళంతా సుఖంగా మొద్దుబారి పోయినట్లూ, తేలికగా ఉన్నట్లూ అనుకోండి. మీ శరీరంలోని అన్ని కండరాలూ రిలాక్స్ అయిపోయి ఉన్నాయని చెప్పకోండి. మీ మెడలోని కండరాలు కూడా వదులుగా ఉన్నాయనుకోండి. మీలో ఉద్విగ్నత ఏ మాత్రం లేదనీ కేవలం సుఖం గానూ, వసతి గానూ, రిలాక్స్ అయి ఉన్నాయనీ అనుకోండి.

మీ తల బరువెక్కుతోంది. మీ ముఖం మీద కండరాల్లో ఎక్కడా ఒత్తిడి లేదు. మీరు పూర్తిగా రిలాక్స్ అయి సుఖంగా ఉన్నారు.

కొంచెం పైకి వెళ్ళి మీ దేహంలో ఎక్కడో ఇబ్బంది ఉండకుండా ఉండడాన్ని గమనించండి. తాపీగా మీ బొటన వ్రేళ్ళ మీదా, మీ మోకాళ్ళ మీదా, మీ పిరుదుల మీదా మీ ధ్యాసను పోనిచ్చి ఆలోచించండి. ఆహా! 'రిలాక్స్' అయిపోతున్నప్పుడు ఎంత హాయిగా ఉంటుందో! ఆలోచించండి. ఎక్కడా ఏ విధమైన ఒత్తిడులూ లేకుండా, ఉలికిపాట్లు లేకుండా ఉంటే

ఎంత బాగుందో గమనించండి. చేతుల్లో, రొమ్ము మీదా, మీ తలలోనూ కూడా ఎక్కడా బిగువుగా అనిపించడం లేదు. మీరు పూర్తి ప్రశాంతిలో పవళించి ఉన్నారు. శరీరంలోని ప్రతిచోట్లోని ప్రతికండరమూ, ప్రతినరమూ, ప్రతి కణమూ పరవశించి మైమరచి ఉన్నాయి.

మీ శరీరం మొత్తం ఎక్కడా పట్టేయబడి ఉండకుండా, పూర్తి విశ్రాంతితో సంపూర్ణంగా రిలాక్స్ అయి ఉన్నట్టు నిర్ధారించుకున్నాకే యోగనిద్రా స్థితి కోసం ప్రయత్నాన్ని కొనసాగించవలసి ఉంటుంది. ఎందుకంటే యోగనిద్ర కోసం చేసే ప్రయత్నాలలో మొదటిసారి గానీ రెండోసారి గానీ మీకు లేశమాత్రంగానైనా అనుమానలు తలెత్తవచ్చు, కొన్ని చిన్న ఇబ్బందులు కలుగవచ్చు. ఒకటి రెండుసార్లు ప్రయత్నం జరిగాక అంతా సహజంగా తయారవుతుంది, సులభమవుతుంది. "ఈ పని నేను ముందే ఎందుకు చేయలేదో కదా!" అనిపిస్తుంది. కాబట్టి 'యోగనిద్ర' కోసం చేసే మొదటి, రెండవ ప్రయత్నాన్ని అత్యంత తాపీగా, నెమ్మదిగా, ఏ మాత్రం తొందరపడకుండా చేయాల్సి ఉంటుంది. 'యోగనిద్ర' గురించి మీకు తెలియకుండా ఇన్నేళ్ళూ గడిపేశారు; ఇంకా కొన్ని గంటలు వృధా అయితే ఫరవాలేదు! టేక్ ఇట్ ఈజీ! త్వరగా పూర్తిచేయాలని అనవసరంగా శ్రమ పడకండి. "అతిశ్రమ" పడకండి. 'అతి' చేస్తే మీలో అనుమానాలు పెరగొచ్చు, సంశయాలు రావచ్చు; మీ కండరాలు పూర్తిగా సొమ్మసిల్లి పోవచ్చు.

కాబట్టి మీ శరీరంలో ఇంకా ఎక్కడైనా కాస్త ఇబ్బంది ఉందని మీకు అనిపిస్తే ఆ చోటు మీద మీ ప్రత్యేక ధ్యాసను ప్రసరించండి. ఆ చోట్లో మరీ ఎక్కువ నిజాయితీగా ఉండే వర్కర్లు పనిచేస్తూ ఉన్నారని అనుకోండి. వాళ్ళు ఎలాగైనా సరే పనిని పూర్తి చేస్తే తప్ప ఇంటికి వెళ్ళాలని అనికోవడం లేదని ఊహించండి. ఫరవాలేదు. ఉన్నచోట్లో పని అలాగే వదిలేసి వెళ్ళిపొమ్మనండి. తరువాత చూసుకోవచ్చు, అంతగా మునిగిపోయే తొందరేంలేదు! వాళ్ళ పని కన్నా మీ పనే ఎంతో ముఖ్యం. మీ శ్రేయస్సు కోసమూ, మీ 'వర్కర్ల' శ్రేయస్సు కోసమూ మీరు పూర్తిగా 'రిలాక్స్' అవక తప్పదు.

ఇప్పుడు మీరు మొత్తం, పూర్తిగా రిలాక్స్ అయి ఉన్నారిని రూఢి చేసుకున్నాక, కళ్ళు పైకెత్తి మీరు పైన అమర్చుకున్న ఆరుతూ, వెలుగుతూ

వున్న నియన్ బల్బు వైపు చూడండి. మీ చూపు ఎలా ఉండాలంటే పైకి ఎత్తబడిన కళ్ళతో బల్బును మీరు చూస్తున్నప్పుడు కొంత ఇబ్బంది కలిగేలా వుండాలి. మినుకు మినుకుమని ఆరి వెలుగుతూ ఎర్రటి కాంతులను ప్రసరిస్తున్న దాన్ని గమనిస్తూ ఉండండి. కాస్త నిద్రమత్తుగా అనిపించేవరకూ ఆ కాంతి వంకే చూస్తూ ఉండాలి. మీరు అంకెలను పదివరకూ లెక్క బెట్టాలనుకుంటున్నారనీ 'పది' అనే అంకెను మీరు ఉచ్ఛరించగానే మీ కళ్ళు మూత పడాలనీ సంకల్పించండి. ఇక లెక్క పెట్టడం ప్రారంభించండి - "ఒకటి - రెండు - మూడు - నాకళ్ళు అలసిపోతున్నాయి - నాలుగు - నిజమే, నాకు మత్తుగా అనిపిస్తోంది - అయిదు - కళ్ళను బలవంతంగా తెరచి ఉంచుకోవాల్సి వస్తోంది" - ఈ విధంగా అంకెలు తొమ్మిది దాకా చెప్పకోండి; "తొమ్మిది - నా కళ్ళు గట్టిగా మూసుకుపోతునన్నాయి - పది - నా కళ్ళు ఇక తెరుచుకోవు - మూసుకున్నాయి."

ఇలా చేయడంలోని ఉద్దేశ్యం ఏమిటంటే 'ఓ సంకల్పిత ప్రతీకార చర్యను' ఏర్పరుచుకుని - భవిష్యత్తులో మీరు యోగనిద్రలోకి వెళ్ళాలని అనుకున్నప్పడల్లా ఈ 'రిలాక్స్' అయ్యే ప్రయత్నాలన్నింటినీ చేయాల్సిన అవసరం లేకుండా, కేవలం 'ఒకటి' నుంచి 'పది' వరకు అంకెలు లెక్కబెట్టగానే నిద్రలోకి, యోగనిద్రలోకి వెంటనే జారుకోగల సౌలభ్యాన్ని సాధించాలనే. ఈ లక్ష్యాన్ని సాధించడానికే మీరు ఇప్పడు కృషి చేయవలసి ఉంది.

ఇప్పడు మీలో కొందరికి కొన్ని అనుమానాలు కలుగవచ్చు. అటువంటి వాళ్ళు తమ మొదటి ప్రయత్నంలో ఒకటి నుంచి పది వరకు అంకెలు లెక్కపెట్టడం పూర్తి చేసినా వాళ్ళ కళ్ళు మాత్రం మూతపడవు. ఇలా జరిగితే విచారించాల్సిన పనిలేదు. మీ కళ్ళు మీరు అనుకున్నట్లు మూతపడకపోతే ఏం ఫరవాలేదు. మీరు యోగనిద్రలోకి నిజంగానే వెళ్ళారని అనుకుని మీ ప్రయత్నంతోనే కళ్ళు మూసుకోండి. ఆలోచనాపూర్వకంగా, బలవంతంగా మీరు కళ్ళు మూసుకున్నప్పటికీ, ముందు ముందు జరగబోయే ఆ 'సంకల్పిత ప్రతీకార చర్యకు' ఓ పునాదిరాయిని వేసినట్టే అవుతుంది. ఆ చర్యకు ఈ పునాది అత్యంత ఆవశ్యయంగా అవసరమవుతుంది.

ఈ పునాది సరిగ్గా పడేందుకు ఏం చెప్పకుంటే బాగుంటుందని మీరు అనుకుంటూ ఉండవచ్చు. ఏం చెప్పకున్నా మంచిదే. ఈ క్రింద మేము ఇస్తున్న ఉదాహరణను పరిశీలించి దాని ఆధారంగా మీ 'ఫార్ములా'ను మీరే తయారు చేసుకోండి.

"నేను ఒకటి నుంచి పది వరకూ లెక్క పెట్టడం పూర్తి కాగానే నా కనురెప్పలు బాగా బాగా బరువెక్కిపోయి నా కళ్ళు కూడా అలసి ఉంటాయి. నేను కళ్ళను మూసుకోవాల్సివస్తోంది. 'పది' పూర్తయ్యాక అవి తెరుచుకోలేవు. నా కళ్ళు మూతపడగానే నేను సంపూర్ణమైన యోగనిద్రలోకి జారుకుంటాను. అయినా జరిగేదంతా నాకు తెలుస్తూనే ఉంటుంది. అన్నీ వినిపిస్తూనే ఉంటాయి. నా అచేతన మానసాన్ని నా యిష్టం వచ్చినట్లు నేను శాసించగలగుతాను."

అప్పుడు మేము చెప్పినట్లు అంకెలు లెక్కించడం ప్రారంభిస్తారు. 'ఒకటి రెండు - నా కనురెప్పలు బరువెక్కుతున్నాయి. నాకళ్ళు అలసిపోతున్నాయి - మూడు కళ్ళు తెరచి ఉంచుకోవవాలంటే చాలా కష్టంగా అనిపిస్తోంది - తొమ్మిది - కళ్ళు తెరవలేకుండా ఉన్నాను - పది - నా కళ్ళు గట్టిగా మూత పడ్డాయి - నేను పూర్తి యోగనిద్ర స్థితిలో ఉన్నాను."

ఈ పాఠాన్ని ఇక్కడే మేము ఆపేయాలని అనుకుంటున్నాము. ఇది చాలా ముఖ్యమైన పాఠం కాబట్టి - ఈ పాఠాన్ని ఇప్పుడు ఆపేసి మీ అభ్యాసం కోసం ఇంకొంత సమయం కేటాయించుకోమని చెబుతున్నాము. ఇంకా ఎక్కువ విషయాలను ఇందులో చెప్తే మీరు ఇంకా ఎక్కువ చదవాలనుకుంటారు. కానీ ఎక్కువ చదివేకొద్దీ మీ బుర్రల్లోకి ఎక్కేది మాత్రం తక్కువే! అందుకే ఇక్కడే ఆపేస్తున్నాం. ఈ పాఠాన్నే మళ్ళీ మళ్ళీ చదవండి. చదువుతారు కదూ? చదివేకొద్దీ ఈ జ్ఞానం మీలో బాగా స్థిరపడుతుంది. అద్భుతమైన ఫలితాలు సంభవిస్తాయి.

ఇరవై తొమ్మిదో పాఠం

స్వశక్తి

ఇంతకు ముందు పాఠంలో మనం 'ట్రాన్స్' స్థితిలోకి వెళ్ళడం ఎలాగో నేర్చుకున్నాం. "ట్రాన్స్" (trance) అంటే "మైమరచి ఉండే స్థితి". చాలాసార్లు మనం ఈ స్థితిని పొందే సాధనను చేస్తూ ఉండాలి. సాధనను చేసే కొద్దీ ఈ స్థితిని అందుకోవడం సులభతరమవుతూ వస్తుంది. అప్పుడు ఈ స్థితి కోసం పెద్ద కష్టమేమీ పడనక్కరలేదు. శ్రమను తగ్గించడమే సాధన లక్ష్యం.

యోగనిద్రా స్థితికి మనం ఎందుకు వెళ్ళాలో తెలుసుకుందాం. మీరు స్వయం వశీకరణను (self-hypnotism) చేసుకుని మీలోని లోపాలను సవరించు కోవాలనుకుంటున్నారు. మీ సుగుణాలను పెంపొందింప జేసుకోవాలని అనుకుంటున్నారు. ఇంతకూ మీ లోపాలూ, మీ దుర్గుణాలూ ఏమిటి? మీ సుగుణాలూ, మీ సామర్థ్యాలూ ఏమిటి? వీటి మీద మీరు స్థిరంగా ధ్యాసను నిలుపగలిగి ఉండాలి. వీటిని స్పష్టంగా దర్శించగలగాలి. మీ వ్యక్తిత్వం ఎంత మహోన్నతంగా ఉండాలనుకుంటున్నారో ఆ స్వరూపాన్ని ఇప్పుడే దర్శించగలిగి ఉండాలి. మీలో ఆత్మవిశ్వాసం లేదా? లేకపోతే, మీరు ఎలా ఉండదలచుకున్నారో, అంటే ఆత్మ విశ్వాసాన్ని పెంపొందించుకుని, ఆత్మగౌరవాన్ని పెంపొందించుకుని, ఉరకలు వేసే ఉత్సాహంతో, ఉదాత్తంగా ఎదుటి వాళ్ళను ఉత్తేజపరచేందుకు మీరు ఎలా ఉండాలనుకుంటున్నారో ఆ సంపూర్ణ వ్యక్తిత్వాన్ని దర్శించండి.

మీలోంచి ఎదగబోతున్న ఆ 'కొత్తవ్యక్తి' రూపాన్ని మీ దృక్పథంలోనే ఉంచుకోండి. ఒక నటుడు తాను నటించబోయే ఓ పాత్ర స్వభావాన్ని ఎప్పుడూ తన కళ్లముందే ఎలా ఉంచుకుంటాడో - ఉంచుకుని తాను నటించే పాత్రలో ఎలా జీవిస్తూ ఉంటాడో, అలాగే మీ వ్యక్తిత్వాన్ని మీరు ఎప్పడూ దర్శిస్తూనే వుండాలి. మీ "భావనా శక్తి"ని మీరు పూర్తిగా వినియోగించుకోవాలి. మీ భావనలో ఎంత స్పష్టంగా మీ వ్యక్తిత్వ స్వరూపం కనబడుతూ ఉంటుందో అంత మార్పు మీ నిజ జీవితంలోనూ వచ్చి తీరుతుంది. ఎంత తీవ్రంగా మీ క్రొత్త స్వరూపాన్ని మీరు 'ధ్యానిస్తే' అంత సులభంగా ఆ 'ధ్యేయాన్ని' మీరు సాధిస్తారు. పదే పదే యోగనిద్రా స్థితిని అభ్యాసం చేస్తూ ఉండండి. ఈ అభ్యాసం ఎప్పడూ ప్రశాంతంగా ఉన్న ప్రదేశంలో, చీకటిగా ఉన్న గదిలో జరగాలి. ఇందులో సంభవించే ప్రమాదాలు ఏవీ లేవు. విఘ్నాలు జరగకుండా మాత్రం తగినన్ని జాగ్రత్తలు మీరు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఎందుకంటే, ఏ విఘ్నం కలిగినా, ఉదాహరణకు ఓ బలమైన చల్లగాలి మీ మీదకు వీచినా, చటుక్కున 'ట్రాన్స్'లోంచి మీరు బయటకు వచ్చేస్తారు. మీకు మెలకువ వచ్చేస్తుంది. ఇందువల్ల జరిగే ప్రమాదం ఏదీ లేదని మళ్ళీ మీకు గుర్తు చేస్తున్నాము. మిమ్మల్ని మీరు హిప్నాటైజ్ చేసేసుకుని, యోగనిద్రలోకి వెళ్ళిపోయిన తరువాత ఆ 'ట్రాన్స్'లో అలాగే మీరు ఉండిపోలేరు. ఈ విషయంలో మీరు నిర్భయంగా ఉండొచ్చు. ఇప్పడు ఈ విషయం స్థిరం కావడానికి ఓ ఉదాహరణను గమనిద్దాం.

ఒక రోగి స్వయం - వశీకరణను నేర్చుకున్నాడు. బోలెడంత అనుభవాన్ని సంపాదించుకున్నాడు. తన గదిలోకి వెళ్ళి దీపాలన్నీ ఆర్పేశాడు. ఓ చిన్న నియాన్ దీపాన్ని మాత్రం వెలిగించాడు, తన కంటి చూపు ప్రసరించే తలం కంటే కొంచెం ఎత్తులో ఆ నియాన్ బల్బు వెలుగుతోంది మిణుకు మిణుకుమంటూ. వెళ్ళి తన పరుపు మీద సుఖంగా పడుకున్నాడు. కొన్ని క్షణాలసేపు తన శరీరాన్ని పూర్తిగా రిలాక్స్ అయ్యే ప్రయత్నం చేశాడు, తన బాధల్నీ కష్టాల్నీ వదలించుకోవడానికి.

కాస్సేపట్లోనే ఒళ్ళు తేలికయిపోతున్నట్లూ, శరీరాన్ని కాపలా కాసే బాధ్యత మాయమయిపోయినట్లూ, ఓ కొత్త జీవితాన్ని తాను అందుకో బోతున్నట్లూ అనిపించే ఓ అద్భుతమైన అనుభవం తన మొత్తం శరీరాన్ని ఆవహిస్తూ ఉండడాన్ని అతడు గమనిస్తాడు. ఒంట్లో ఏ కండరమయినా ఒత్తిడికి గురువతోందా. ఏ భాగమైనా గుంజుతోందా, ఎక్కడైనా నొప్పి పుడుతోందా, అని మనోనేత్రంతోనే సరిచూసుకుంటూ ఇంకా ఇంకా ఎక్కువగా రిలాక్స్ అయిపోయి ఉందని పూర్తిగా తృప్తిపడ్డాక కళ్లతో నేరుగా చూస్తున్నట్లు కాక పైకి తిప్పి కనుబొమ్మలను పరికిస్తున్న కోణంలో నియాన్ లైటును కళ్లార్పకుండా స్థిరంగా చూస్తుంటాడు.

త్వరలోనే అతడి కనురెప్పలు బరువెక్కుతాయి. అలసి కాస్త సోలిపోయి మూసుకుని రెండు మూడు క్షణాల్లోనే మళ్ళీ విచ్చుకుంటాయి. కళ్లల్లో కాస్త తేమ, నీళ్ళు తిరుగుతాయి. ఒక సారి మళ్ళీ బరువుగా వణికి రెప్పపాటుపడి మూసుకుంటాయి. అతడి కళ్ళు పూర్తిగా అలసిపోయి ఉంటాయి కనుక, మైమరపు లోతుల్లోకి అప్పటిదాకే దాదాపు చేరుకుని ఉంటాడు కనుక ఈ సారి అతి ప్రయత్నం మీద అతడి కళ్ళు తెరుచుకుంటాయి. ఒక సెకను లోపలే అవి మూతపడి, గట్టిగా మూతపడే ఉండిపోతాయి. శరీరం ఇంకా తేలికపడి ఉంటుంది. శ్వాస తేలిగ్గా ఆడుతూ ఉంటుంది. ఆ రోగి - ఆ సాధకుడు - మీ ఇష్టం వచ్చిన పేరు పెట్టుకోండి - అప్పటికి పూర్తిగా 'ట్రాన్స్'లో ఉంటాడు.

ఇక ఆయనను ఆ స్థితిలోనే కాస్సేపు వదిలేద్దాం. ఆ స్థితిలో ఆయనేం చేస్తున్నాడో మనకు అనవసరం, అదే స్థితిలోకి మనమూ వెళ్లగలం కాబట్టీ, మన సొంత అనుభవాలను పొందువచ్చు కాబట్టీ. ఏ సంకల్పంతో ఆయన ఆ స్థితిలోకి వెళ్ళాడో ఆ పని పూర్తి చేసేంత వరకూ ఆయన్ని అలాగే ఉండనిద్దాం.

ఎంతో లోతు యోగనిద్ర స్థాయిని చేరుకుని స్థిరపడి ఉండవచ్చో పరీక్షించి చూసుకోవాలని ఆయన అనుకుంటున్నట్లు మాకు అనిపిస్తోంది. ఆయన ఉద్దేశ్యపూర్వకంగా పూర్తిగా ఓ ప్రకృతి నియమాన్ని ఉల్లంఘించే ప్రయత్నాన్ని చేస్తున్నాడు, ఈ దీర్ఘనిద్ర నుంచి తనకింక మెలకువే రాకూడదని సంకల్పించడం ద్వారా!

కొన్ని నిమిషాలు - పది - ఇరవై నిమిషాలా? - గడిచాయి. ఆయన శ్వాసించే పద్ధతిలో ఓ మార్పు వచ్చింది. ఇప్పుడాయన "యోగనిద్ర'లో లేడు. మామూలు గాఢనిద్రలో ఉన్నాడు. సుమారు ఓ అరగంట తరువాత ఆయనకు పూర్తిగా మెలకువ వచ్చేసి ఓ పూర్తి రాత్రి నిద్రవల్ల సేద తీరితే కలిగే ఉత్సాహం కంటే అధికమైన అద్భుతమైన నూతనోత్సాహంతో నిద్ర లేచేస్తాడు.

యోగనిద్ర నుంచి బయటకు వచ్చేందుకు చేసే ప్రయత్నంలో మీరు విఫలం కాలేరు. అందుకు ప్రకృతి ఒప్పుకోదు. అచేతన మానసం ఓ మతి లేని మహాకాయుడిలాగా అనిపిస్తూ - బ్రతిమాలే మీ పనులను కొన్ని చేసిపెట్టినా - త్వరలోనే మీరు తనని "మునగచెట్టు ఎక్కిస్తున్నా"రని గ్రహించేస్తుంది. టక్కున యోగనిద్రా స్థితి నుంచి బయటకు వచ్చేస్తుంది.

మీకు ప్రమాదం కలిగే పరిస్థితి ఉన్నా, కనీసం చిన్న ఇబ్బంది ఏ మాత్రం కలిగినా మీరు యోగనిద్రలోకి వెళ్లలేరు. మిమ్మల్ని మీరే 'హిప్నొటైజ్' చేసుకుంటారు గానీ, ఇంకొకరి సూచన, సలహాలకు లొంగరు కాబట్టి మీరు పూర్తి క్షేమంతో ఉంటారు.

ఓ బలమైన చల్లగాలి వీచినా మనకు యోగనిద్ర నుంచి మెలకువ వచ్చేస్తుందని మేము ఇదివరకే చెప్పాము. యోగ నిద్రాస్థితి ఎంత గాఢంగా ఉన్నప్పటికీ, గదిలోని ఉష్ణోగ్రత మారినా, శరీరానికి హాని కలిగించే ఎటువంటి పరిస్థితి ఎదురైనా వెంటనే మెలకువ వచ్చేస్తుంది. మీరు ట్రాన్స్‌లో ఉన్నప్పుడు ఎవరైనా గది తలుపులు గానీ, కిటికీ గానీ తెరిస్తే, వచ్చే గాలి వల్లగానీ, తాళం కన్నంలోంచి వచ్చే గాలి వల్లకానీ, తలుపు క్రింద నుంచి వచ్చే గాలి వల్ల గానీ మీకు క్షేమంగానే మెలకువ వచ్చేస్తుంది. ఏ బాధలూ ఉండవు. మళ్లీ ఇంకోసారి యోగనిద్ర కోసం ప్రయత్నం చేయవలసి రావడం మాత్రం తప్పదు. కాబట్టి మనం బలమైన గాలుల్నీ, ఇతర అలజడులనూ ముందుగా తప్పించుకోవలసి ఉంటుంది.

ఎల్లవేళల్లోనూ మీరు పొందాలని అనుకునే సుగుణాలు గురించే మీరు ఆలోచిస్తూ ఉండాలి. మీకు నచ్చని విషయాలను త్వరలో వదిలించుకుంటామని కూడా నొక్కి చెప్పకుంటూ ఉండాలి. కొద్ది రోజులపాటు మీరు

ఏ పని చేస్తున్నా ఈ సుగుణాల గురించే బలమైన ఊహలను చేస్తూ ఉండాలి. ప్రొద్దున్న నుంచీ సాయంత్రం వరకూ అనేకసార్లు ఫలానా సమయంలో - ఫలానా రోజున - రాత్రి పూటయితే మరీ మంచిది - ఫలానా రాత్రిపూట మీరు 'యోగనిద్ర'లోకి వెళ్తారనీ, తరువాత మీరు 'ట్రాన్స్'లోకి వెళ్తే ప్రతిసారీ, ఈ లక్షణాలు మీలో మరింతగా బలపడతాయనీ పదే పదే చెప్పకుంటూ ఉండాలి. మీరు 'ట్రాన్స్'లో ఉన్నప్పుడు కూడా మీకేం కావాలో మళ్లీ ఒకసారి మనస్సులోనే అనుకోండి.

ఇప్పుడొక చిన్న, బహుశా తలతిక్క, ఉదాహరణ: ఒకాయన గూనివాడిలాగా, బహుశా నిలబడేందుకు బద్ధకించి కావచ్చు, వంగి నుంచున్నాడనుకోండి. ఆయన్ని - "నేను సరిగ్గా నిలబడుతాను - నేను సరిగ్గా నిలబడుతాను" నిలబడుతాను" అని చెప్పకుంటూ ఉండనీయండి. మేము చెప్పదలచుకున్నది ఏమిటంటే - మీరు చెప్పదలచుకున్న మాటల్ని మధ్యలో ఆపకుండా అనేకసార్లు చెప్పకుంటూ ఉండాలని. కొంచెం ఆపి కొంత వ్యవధి ఇచ్చారనుకోండి - వెంటనే మన మిత్రుడైన అచేతన మానసం మధ్యలోకొచ్చి "మీ మాటల్ని నమ్మడానికి లేదు, మీరు ఎప్పుడు నిజం చెప్పారుగనుక! మీరు ఎప్పుడూ వంగి దిగిజారే ఉంటారు!" అనేసెయ్యొచ్చు. మీకు కావలసిన దాన్ని గురించి గుక్క తిప్పకోకుండా చెప్పారనుకోండి - అప్పుడు మధ్యలో మాట్లాడే అవకాశం అచేతన మానసానికి లభించక కాస్సేపు ఊరుకుని మన మాటలను నెమ్మదిగా నమ్మేస్థితికి వస్తుంది. మీరు సరిగ్గా నిలబడతారని నమ్ముతుంది. అలా నమ్మగానే మీలోని కొన్ని కండరాలు బలంగా ముడుచుకుని మీరు సవ్యంగా నిలబడి ఉన్నస్థితికి వస్తారు, మీరు కోరుకున్నట్టుగానే.

మీరు అతిగా ధూమపానం చేస్తుంటారా? "అతి" చేస్తే అపాయకరమని మీకు తెలుసుకదా! మరి 'యోగనిద్ర'ను ఉపయోగించుకుని మీరెందుకు మీ దురలవాటు నుంచి బయటపడరు? చిన్న పిల్లల చేష్టల లాంటి ఈ చేష్టలను సులభంగా వదిలించుకోవచ్చు. మీరు చెయ్యాల్సిందల్లా మీ అచేతన మనస్సుకు అనేకసార్లు మీకు సిగరెట్లు త్రాగడం

ఇష్టంలేదని చెప్పకోవడమే కదా! ఇలా చేస్తే ఎటువంటి క్షోభా మీకు
కలుగకుండా, ఎటువంటి కష్టమూ రాకుండా, మీరు ధూమపానాన్ని
మానేయొచ్చు; సిగరెట్లు త్రాగాలని తరువాత అనిపించదు కూడా!

"మనుష్యులు ధూమపానాన్ని మానలేకున్నారు". "ఈ అలవాటును
నశింపజేసుకోవడం చాలా కష్టం". ఇలాంటి మాటల్ని మీరు చాలాసార్లు
విని ఉన్నారు కదా? "పైప్ కాల్చడం గానీ, సిగరెట్లు కాల్చడంగానీ ఆపేయాలంటే
కుదరని పని" అని కూడా మీరు వినే ఉంటారు. న్యూస్ పేపర్లో మీరు చాలా
చిట్కాలను చదివి ఉంటారు. - "సిగరెట్లను మానెయ్యడం ఎలా? ఇంకో
దాన్ని మానెయ్యడం ఎలా?" అని. ఇలాంటి అడ్వర్‌టైజ్‌మెంట్లు ఎన్నోసార్లు
మీ దృష్టికి వచ్చి ఉంటాయి. ఈ ప్రకటనలన్నీ కూడా ఒక విధంగా మిమ్మల్ని
హిప్నొటైజ్ చేస్తూనే ఉన్నాయన్న ఆలోచన మీకు ఎప్పడైనా కలిగిందా? అనేక
మంది చెబుతున్న మాటలను వినడం ద్వారా, అనేక అడ్వర్‌టైజ్‌మెంట్లు
పరిశీలన వల్ల మీకు కలిగే భావాల ద్వారా "ధూమపానాన్ని విడిచిపెట్టడం
దాదాపు అసాధ్యం" అనే సూచనను మీరు నమ్ముతూ ఉన్నారు కాబట్టి మీరు
సిగరెట్లు త్రాగడం మానెయ్యలేరు.

ఆ హిప్నొటిజం మీకు సహాయం చేసేలా మీ వైపుకు తిప్పకోండి.
ఆ మనుష్యుల 'మంద'లో మీరు లేరు. మీకో ప్రత్యేక వ్యక్తిత్వం ఉంది. మీకో
బలమైన ఆధిక్యత ఉంది. ధూమపానమైనా, మధుపానమైన, మరే
దురలవాటునైననా మీరు వదులుకోగలరు, వదులుకుని మిమ్మల్ని మీరు
సంస్కరించుకోగలరు. మీకు తెలియకుండానే హిప్నొటైజ్ అయిపోయి
సిగరెట్లు మానడం కష్టమని అనుకుంటున్న మీరు సిగరెట్టును కూడా చేత్తో
ముట్టుకోని స్థితిని సాధించగలుగుతారు.

ఇప్పడొక హెచ్చరిక లేదా ఓ స్నేహితుడి సలహా అనుకోండి. నిజంగా
మీరు పొగత్రాగడం మానాలనుకుంటున్నారా? నిజంగా త్రాగుడు మానేసి
ఇది వరకు మీరు నిర్ణయించుకున్న 'అపాయింట్‌మెంట్స్'కు అలస్యంగా
వెళ్దామనుకుంటున్నారా? మీరేం చెయ్యదలచుకున్నా ముందుగా తగిన
నిశ్చయం చేసుకుని తీరాలి. సిగరెట్లు మానాలన్నా మరొక పనిని చెయ్యాలన్నా,

దేన్నయినా చెయ్యాలన్నా మానాలన్నా బలమైన నిర్ణయాన్ని తీసుకోవడం
మాత్రం తప్పదు. బలహీనంగా "ఛ్ఛ్! సిగరెట్లు మానేస్తే బావుణ్ణు! ఆ శక్తి నాకొస్తే
బావుణ్ణు" అని అనుకుంటే ఏమీ ప్రయోజనం ఉండదు.

మళ్ళీ, మళ్ళీ, ఇంకోసారి మళ్ళీ - ఇదంతా మీ అచేతన మానసంలోకి
దిగేంత వరకు-మీరు నిజంగా చెయ్యాలనుకుంటున్న పనిని మాత్రమే
చేయగలరు, కాబట్టి ఒకవేళ మీరు మొండికెత్తి సిగరెట్లు మానేస్తానని ప్రజ్ఞలు
పలికినా మానలేరు సరికదా మరిన్ని ఎక్కువ సిగరెట్లు కాలుస్తారు!

మిమ్మల్ని మీరు జాగ్రత్తగా పరీక్షించుకోండి. మీరేం చెయ్యాలను
కుంటున్నారు? చుట్టుప్రక్కల ఎవ్వరూ లేరు. మిమ్మల్ని ఎవ్వరూ
తొంగిచూడడం లేదు. మీ మనస్సులోకి ఎవ్వరూ దూరడం లేదు. మీరు
నిజంగా సిగరెట్లు త్రాగడం మానేద్దామనుకుంటున్నారా?
కొనసాగిద్దామనుకుంటున్నారా? మీరు పైకి వల్లించే మాటలన్నీ నిరుప
యోగాలేనా?

ఒక వస్తువు మీకు అవసరమని మీరు పూర్తిగా నమ్మితే దాన్ని మీరు
పొందుతారు. కాబట్టి మీరు కోరుకున్న వస్తువు మీకు లభించకపోతే
హిప్నొటిజాన్నో మరి ఇంకదేన్నో నిందించడం మానేసి మిమ్మల్నే
నిందించుకోండి, ఎందుకంటే మీ వైఫల్యానికి కారణం నిజంగా మీరే కాబట్టి.
ఫలానా పని చెయ్యాలనీ, ఫలానా పని చెయ్యకూడదనీ, మీరు చేసుకునే
నిర్ణయం బలమైనది కాకపోవడమే "అపజయం" అంటే, మరేదీ కాదు!

"చెడు అలవాట్లు" అని దేన్ని చాలామంది అనుకుంటూ ఉంటారో
అలాంటి వాటిని మీరు హిప్నొటిజం సహాయంతో స్వయంగా తొలగించు
కోవచ్చు.

కానీ దురదృష్టం కొద్దీ మాకు అలాంటి అలవాట్లు ఏవీ లేవు కనుక
వాటి గురించి మేము ఏ విషయమూ చెప్పలేము!

మీ భార్య కాని వాళ్ళకోసం వల విసరడమో, మీ భార్యమీదకి
ఇస్త్రీపెట్టెను విసిరికొట్టడమో, కుక్కను తంతూ ఉండడమో, నిష్కారణంగా
లేక త్రాగకుండానే ఇంకొకళ్ళని బూతులు తిట్టడమో, ఇలాంటివన్నీ చెడు

అలవాట్ల క్రింద మేము గుర్తించి వీటిని కూడా హిప్నాటిజం ద్వారా అతి సులభంగా వదిలించుకోవచ్చని చెబుతున్నాం - నిజంగా వీటిని వదిలి పెట్టేయాలని మీరు నిశ్చయించుకుంటే.

రెగ్యులర్‌గా రిలాక్స్‌కండి. లోపలి ఒత్తిడుల నుంచి పొందే విముక్తి వల్ల లభించే స్వేచ్ఛను సద్వినియోగం చేసుకుని మీలోని జీవశక్తిని పెంచుకోండి. ఈ పాఠాన్నీ, ఇంతకు ముందు పాఠాల్నీ ముందుగా మళ్ళీ మళ్ళీ చదివి సాధన, మళ్ళీ సాధన, ఇంకా సాధన చేస్తే మీ ఆరోగ్యాన్ని నిజంగా బాగుచేసుకోవచ్చు. గొప్ప సంగీత విద్వాంసులు కూడా వర్ణాల్నీ స్వరాల్నీ గంటలకొద్దీ, రోజులకొద్దీ నిరంతరం అభ్యాసం చేస్తూనే ఉంటారు. అందువల్లే వాళ్ళు గొప్ప విద్వాంసులయ్యారు. మేము చెప్పింది చేస్తే మీరు ఓ గొప్ప సెల్ఫ్-హిప్నాటిస్ట్ కావచ్చు. కాబట్టి - అభ్యాసం చెయ్యండి.

ముప్పయ్యో పాఠం

జంతువులే మేలు

చాలామందికి ఓ దురభిప్రాయం ఉంది - పనిచేయడంలో ఏదో "అపచారం ఉంది" అని. చాలా నాగరికతల్లో రెండుగా విభజన కనిపిస్తోంది - "చొక్కా నలక్కుండా తిరిగేవాళ్ళు" (యజమానులు), "మట్టికొట్టుకు తిరిగే అలగా జనం" (సేవకులు)- ఇవీ ఆ రెండురకాలు. ఇదొక ఏహ్య భావం, మనుష్యుల మీదికి మనుష్యుల్నీ, జాతుల మీదికి జాతుల్నీ ఉసిగొల్పి అసహ్యాన్నీ, విరోధాన్నీ కలిగించే అతి నీచమైన వ్యవస్థ.

తెలివితేటల్ని ఉపయోగించి చేసే ఏ పనైనా, శారీరకశ్రమతో చేసే ఏ పనైనా, పరిశుద్ధమైన అంతరంగంతో, "అవమానకరం" అనుకోకుండా ఆత్మగౌరవంతో చేస్తే ఓ మనిషిని మహోన్నతుడిగా తీర్చిదిద్దుతాము.

కొన్ని దేశాల్లో గృహయజమానురాలు ఓ పూచికపుల్లని కూడా ఇక్కడ నుంచి తీసి అక్కడపెడితే అత్యంత అవమానకరంగా భావిస్తుంది. ఉత్తినే అలంకరించుకుని కూర్చుని అప్పుడప్పుడూ కొన్ని ఆజ్ఞల్ని జారీచేస్తూ ఉంటే చాలు "గృహ యజమానురాల"ని నిరూపించుకునేందుకు!

ప్రాచీన చైనీయుల్లో "అగ్ర వర్ణాలవాళ్ళు" అని చెప్పబడే వాళ్ళు - హాస్యాస్పదంగా గోళ్ళు పెంచుకుని కూర్చునే వాళ్ళు - ఎంత పొడుగ్గా అంటే అవి ప్రమాదవశాత్తూ చిట్లి పగిలిపోకుండా వాటికోసం రక్షణ తొడుగుల్ని కూడా తయారు చేయించుకుని ధరించేటంత పొడుగ్గా! ఇంతకూ అలా గోళ్ళు పెంచుకోవడానికి కారణం ఏమిటంటే ఆ గోళ్ళ స్వంతదారులకి

అపారమైన ఆస్తిపాస్తులున్నాయనీ, కాబట్టి ఏ పనీ చెయ్యాల్సిన అవసరం లేని వారిగా నిరూపించుకోవడానికేననీ! ఈ గొప్ప గోళ్ళున్న పురుషుడు గానీ, స్త్రీ గానీ తమ స్వంత పనులను కూడా స్వంతంగా చేసుకోలేని వాళ్ళనీ, వాటి కోసం కూడా సేవకులను ఉపయోగించుకునేంత గొప్పవాళ్ళనీ అర్థం!

టిబెట్ మీద కమ్యూనిస్టుల దండయాత్రకు ముందు గొప్ప వంశాల వాళ్ళు కొందరు (కొంచెం జ్ఞానం ఉంటే బావుండేది వీళ్ళకు!) పొడుగుచేతుల ఆచ్ఛాదనలని ధరించేవాళ్ళు. అవి వాళ్ల చేతుల్ని దాటి ఆరు అంగుళాల నుంచి పన్నెండు అంగుళాల వరకూ క్రిందకు వ్రేళ్ళాడుతూ ఉండేవి! ఇలాంటి దుస్తులు వేసుకోవడం వల్ల మిగతా జనానికి వీళ్ళు చాలా ముఖ్యమైన వాళ్ళనీ, గొప్ప సంపన్నులనీ, ఏ పనీ వీళ్ళు చెయ్యనక్కరలేని వాళ్ళనీ సులభంగా అర్థం అయ్యేది. ఈ వ్రేలాడే చేతుల 'డ్రెస్సు'లు కనిపించగానే వీళ్ళు ఏ పనీ చెయ్యలేని వాళ్ళని అందరికీ గుర్తుకొచ్చేది. పని యొక్క మహోన్నత లక్ష్యాన్ని ఇది భ్రష్టు పట్టిస్తుంది. పూర్వపు రోజుల్లో పని క్రమశిక్షణకు మరో రూపంగా ఉండేది. ఓ శిక్షణగా ఉండేది. క్రమశిక్షణ ప్రతి ఒక్కరికీ అత్యంత అవసరం. ఓ రౌడీ గుంపుకూ, ఓ పటాలంలోని సైనికులకూ ఒక్క క్రమశిక్షణే భేదం నేటి బాలలనూ, నేటి యువతీయువకులనూ రేపటి ఉత్తమ పౌరులుగా తీర్చిదిద్దేది క్రమశిక్షణే. ఈ క్రమశిక్షణ లేకపోతే లెదర్ జాకెట్లు వేసుకుని తిరుగుతూ సర్వనాశనం చేస్తూ జులాయిగా తిరిగే మతిలేని యువకుల మూకలే తయారవుతాయి.

పనిని ఏవగించుకునే 'గొప్పవాళ్ళు' టిబెట్‌లో ఉండేవాళ్ళని ఇదివరకు అనుకున్నాం కదా, కానీ ఇలాంటి వాళ్ళు టిబెట్‌లోని అధమాధములు మాత్రమే. కానీ 'లామాసెరీ'ల్లో, లేక 'మోనాస్టరీ'లో (టిబెటన్ 'లామా'లు నివసించే మఠాలలో) ఎంత గొప్ప వాళ్ళయినా, ప్రతి ఒక్కరూ నిర్ణీత సమయాల్లో శారీరక శ్రమ చెయ్యాల్సి రావడం నిర్దేశించబడింది. కమ్యూనిస్టు ఆక్రమణకు ముందు ఓ పెద్ద పీఠాధిపతి కూడా 'మోనాస్టరీ'ల్లో చీపురు పట్టుకుని కసువు చిమ్ముతూ కన్పించడం ఎవరికీ ఆశ్చర్యాన్ని కలిగించని దృశ్యంగా ఉండేది. చిన్న చిన్న సన్యాసులు పోసిన చెత్తను కూడా వీళ్ళు చిమ్ముతూండేవాళ్ళు

ఈ శారీరక సేవ ఉద్దేశ్యం ఆ పీఠాధిపతికి కూడా ఓ గొప్ప జీవితాన్ని నేర్పించడమే. "నేటి రాజులే రేపటి సేవకులు", "నేటి సేవకులే మరు జన్మలో గొప్పవాళ్ళు"గా జన్మించవచ్చుననేదే ఈ జీవిత సత్యం! ఈ భూమి మీద జరిగేది అసత్యమనీ, కేవలం తాత్కాలికమనీ ఆ పీఠాధిపతులు ఈ సేవ వల్ల గ్రహించగలిగేవారు. యూరోప్‌లోనూ ఇతరదేశాల్లోనూ ఇదివరకూ ఉన్నరాజులూ, రాజకుమారులూ, ప్రెసిడెంటులూ ఇప్పుడేరి? తమ రాజరికాలు పోకముందే కొంత మంది బోలెడు నిధుల్ని భవిష్యత్తులో వాడుకునేందుకు దాచుకున్న వైనమూ మనకు తెలుసు. కానీ మనం కాస్త దారితప్పుతున్నట్లు అవుతోంది. సరే, ఇది మాత్రం గుర్తుంచుకోండి. ఏ పనయినా సరే - శారీరక శ్రమ అయినా, మానసిక శ్రమ అయినా ఓ వ్యక్తిని ఉన్నత స్థితికి తీసుకెళ్తుందనీ, నిర్మలమైన మనస్సుతో ఆచరించే ఏ పని అయినా 'అవమానకరం' కాదనీ అలాంటి పనిని అంకిత భావంతో 'మానవసేవ' కోసమే చెయ్యాలనీ మమ్మల్ని మరోసారి చెప్పనీయండి. ఇంకొకరి సహాయం కోసం ఓ 'వ్రేలు' కూడా కదల్చని 'గొప్పవాళ్ళ'ను శ్లాఘించడం చెయ్యకుండా, అలాంటి వ్రేళ్ళు కూడా కదల్చని స్త్రీ పురుషులకు సేవ చేసిన ఉత్తముల్ని మెచ్చుకునే ప్రయత్నాన్ని మనం చేద్దాం.

ఫలానా ఫలానా మనుష్యులు ఇబ్బందుల్లో ప్రాణాల మీదికొచ్చేసి అల్లాడి పోతున్నారనీ, మా తక్షణ సలహా కావాలనీ, బలవంతంగా వారి జీవితాలను మరో దారికి తెచ్చే ఉపాయం తమకు బోధించమనీ, వశీకరణ విద్యలు నేర్పించమనీ చావు ముంచుకొచ్చిన పరిస్థితుల్లో ఉత్తరాలు వ్రాస్తూంటారు. ఇలాంటి సమయాల్లో వాళ్ళకు మేము సాయం చెయ్యనే చెయ్యము. ఎందుకంటే "ఇంకొకరి జీవిత గమనాన్ని మర్చే ప్రయత్నం చెయ్యడం అపచారం" అని మాకు తెలుసు గనుక. ఇప్పటి వరకూ బోధించిన పాఠ్యాంశాల్లో జ్ఞానం ఉంది. ఇందులో మా అభిప్రాయాలను మేము చెప్పాము. మాకు తెలిసిన విషయాలను వర్ణించాము. కానీ మీ మీద ఈ అభిప్రాయాలను రుద్దే ప్రయత్నాలను మాత్రం చేయలేదు. మీరు ఈ పాఠ్యాంశాల్ని గమనిస్తూ ఉన్నారంటే మా మాటలను వినేందుకు మీరు

ఇష్టపడుతూ ఉన్నట్లే లెక్క మీరు మా అభిప్రాయాలను వినదలచుకోకపోతే పుస్తకాన్ని మూసేయడం చాలా సులభమైన పనే!

ఎవరైనా మీ అభిప్రాయాన్ని కోరితే, ఇవ్వండి కానీ బలవంతంగా మాత్రం ఇంకొకరి మీద రుద్దకండి. మీ అభిప్రాయాన్ని వెల్లడించిన తరువాత ఆ మాటల్ని అక్కడితో ఆపేసి ఊరుకోండి. ఇంకొకరి జీవిత గమ్యం ఏమిటో మీకు తెలియదు వారికి ఇష్టంలేని పనులను బలవంతంగా వారి చేత చేయిస్తే వారి కర్మ మీకు అంటుకోవచ్చు. బహూశా ఓ దుర్భరమైన కర్మ కావచ్చు అది!

జంతువుల గురించి కొంత చెప్పాలనుకుంటున్నాము. రెండు కాళ్ళ మీద కాక నాలుగు పాదాలతో నడిచే జీవరాసులే జంతువులని చాలామంది అనుకుంటూ ఉంటారు. అవి ఇంగ్లీషు, ఫ్రెంచ్, జర్మన్, స్పానిష్ భాషల్లో మాట్లాడవు కనుక "మూగజీవు"లని అభిప్రాయపడుతూ ఉంటారు. కానీ మనుష్యుల్నే మూగజీవాలుగా భావించే జంతువుల అభిప్రాయపడుతూ ఉంటారు. కానీ మనుష్యుల్నే మూగజీవాలుగా భావించే జంతువులు అభిప్రాయాల గురించి మనిషికి తెలియడం లేదు! మీకు దూరశ్రవణ (telepathy) శక్తి ఉంటే జంతువులు నిజంగా మాట్లాడతాయన్న విషయం స్పష్టంగా అర్థం అవుతుంది, అంతేకాదు, చాలామంది మనుష్యుల కన్నా మంచి తెలివితేటలతో ఇవి మాట్లాడతాయన్న విషయం ఋజువు అవుతుంది. "సైంటిఫిక్ అమెరికన్" పత్రికలో ఇటీవలే ప్రచురింపబడ్డ ఓ వ్యాసంలో తేనెటీగలకు కూడా ఓ భాష ఉందనీ, చాలా స్పష్టమైన అంశాలతో అవి మాట్లాడుకుంటాయనీ సమావేశాలను కూడా అవి ఏర్పరచుకుంటాయనీ శాస్త్రజ్ఞుల వివరణ గురించి వర్ణింపబడింది!

కొంతమంది శాస్త్రజ్ఞులు 'డాల్ఫిన్స్' మీదా, వాటి 'మాట్లాడుకునే పద్ధతి' మీదా ఉత్సాహంతో పరిశోధనలు చేశారు. డాల్ఫిన్స్ విచిత్రమైన శబ్దాలను చేస్తూంటాయనీ ప్రత్యేకమైన చప్పళ్ళతో మాట్లాడుకుంటాయనీ వాళ్ళు ఊహించారు. ఆ చప్పళ్ళనూ, శబ్దాలనూ 'టేప్' చేసిన ఆ 'టేప్'లను వివిధ వేగాలతో వినే ప్రయత్నాల్ని చేశారు. ఒక వేగంలో ఆ శబ్దాలు మానవులు మాట్లాడుకున్నట్లే ధ్వనించాయట!

జంతువులు ప్రత్యేకమైన ఆకారాల్లో ప్రత్యేక వ్యక్తిత్వాలతో భూమిమీద కొచ్చి జీవన పరిణామ క్రమంలో తాము కోరుకుంటున్న అభివృద్ధిని తమదైన అరుదైన శైలిలో తమ వంతు కర్తవ్యాల్ని నిర్వర్తిస్తూంటాయి. అత్యంత ప్రతిభావంతమైన టెలిపతిక్ శక్తులున్న రెండు 'సయామీ పిల్లుల' (siamese cats) సహచర్యంతో ఉండే అదృష్టం మాకు కలిగినందుకు మేమెంతో సంతోషిస్తూనన్నాం. టెలిపతీ సాధనలో ఎంతో అనుభవాన్ని సంపాదించుకున్నాక, తెలివైన వ్యక్తులతో సంభాషిస్తున్నట్లే వీటితో మాట్లాడే వీలు ఉంది. మనుష్యులను గురించి సయామీ పిల్లులు ఏమనుకుంటాయో మనకు అర్థమైతే ఆ ఆలోచన మనకు ఏ మాత్రం గర్వకారణంగా మాత్రం అనిపించదు! విభిన్న భౌతికస్వరూపాలను కలిగి ఉన్నప్పటికీ జంతువులు కూడా మానవులతో సమానమేనన్న దృక్పథాన్ని మానవులు ఏర్పరుచుకోగలిగితే వాటి సహచర్యాన్ని పొంది, సాధారణంగా సాధ్యం కాని సంభాషణలను సాగించే సానుకూలతను సాధించవచ్చు.

ఉదాహరణకు - మానవులతో స్నేహంగా ఉండడం కుక్కలకు ఇష్టం. కుక్కలు మనుష్యుల పట్ల విశ్వాసంతో ఉండడానికి కారణం వారి మెప్పు, పొగడ్తా పొందాలని అవి ఆశిస్తూ ఉండడం వల్లనే. సయామీ పిల్లులు మాత్రం మానవుడిని అలక్ష్యం చేస్తాయి. ఎందుకంటే వాటితో పోలిస్తే మానవుడు వాటి దృష్టిలో అర్భకుడు కాబట్టి. వాస్తవానికి మానవుడి కంటే అధికంగా ఆధ్యాత్మికతా, టెలిపతిక్ శక్తులూ సయామీ పిల్లులకు ఉంటాయి. కాబట్టి మీ ఇంట్లోనే ఉంటున్న మీ కుక్కతో, మీ పిల్లితో, మీ గుర్రంతో మరింత చనువుగా ఉండే ప్రయత్నం మీరెందుకు చేయకూడదు? మీరు నిజంగా వాటితో మాట్లాడాలనుకుంటే, మనస్ఫూర్తిగా మాట్లాడగలమని నమ్మితే, కొంత అభ్యాసం తరువాత వాటితో మీరు మాట్లాడవచ్చు.

మనం ఈ గ్రంథంలో సంకల్పించిన పాఠ్యాంశాలు పూర్తి అయ్యాయి. మన సహచర్యం కూడా ఇక్కడితో అంతమవ్వాలని మేము అభిలషించడం లేదు. ఈ గ్రంథం సాక్షాత్తుగా వేదాంతం ఎంత ప్రత్యక్ష జ్ఞానమో, ఎంత సహజ జ్ఞానమో, 'అతీతశక్తులు' ఎంత సాధారణమైనవో బోధించే ప్రయత్నాన్ని

నమ్మంగానే చేసిందని ఆశిస్తున్నాం ఈ అంశాలను సాంప్రదాయ పద్ధతిలో, సంస్కృత పదాలతో సహా బోధించే మరో గ్రంధం కూడా ఉపయుక్తంగా ఉంటుందన్నీ దాన్ని కూడా మీకు ఉపయోగించుకుంటారనీ మీ మార్గంలో ముందుకు వెళ్తారనీ ఆశిస్తున్నాం.

కాబట్టి ఇప్పుడు "గుడ్‌బై" చెప్పము మళ్ళీ మీ సహచర్యం మాకు ఉంటుందని మేము నమ్ముతున్నాం. కనుక ఈ మాట చెప్తున్నాం. స్పానిష్ వాళ్ళు అనే పద్ధతిలో "మళ్ళీ కలుసుకునే వరకూ ఉందామా మరి".

T. Lobsong Rampa

లోబ్‌సాంగ్ రాంపా

అనుబంధం

" ఆత్మ విద్యకు అవధులు లేవు !"

- P.G. రామ్మోహన్

బాల్యం నుంచీ ఎప్పడూ ఏదో వ్యాసంగంలో మునిగిపోయి ఉండడం నాకు అలవాటు. ప్రతిరోజూ ఏదో ఓ కొత్త విషయాన్ని నేర్చుకుంటూనే ఉండేవాణ్ణి.

★★★

నాకు పన్నెండేళ్ళ వయస్సొచ్చే లోపలే తిరుపతి మున్సిపల్ గ్రంధాలయంలోని పదివేల పై చిలుకు పుస్తకాలనన్నింటినీ ఆ చివరి నుంచి ఈ చివరి వరకూ చదివేశాను! నాకు సైన్సంటే ఇష్టం. ఫిజిక్స్, కెమిస్ట్రీ ప్రయోగాలను ఇంట్లోనే చేస్తూండేవాణ్ణి. అప్పటి సైన్సుకు అయిదేళ్ళ ముందుకు నేను వెళ్ళగలిగాను.

★★★

జీవితం లో నాకు నిరంతరం 'పోటీ' ఉండేది.

"సన్నగా ఉన్నా" వంటూ స్నేహితులు గేలిచేస్తే జూడో, కరాటేలు స్వంతంగా రఘు అనే మధ్వ కుర్రాడితో కలిసి నేర్చుకున్నాను. ఆ అభ్యాసంలో మైదానాల్లో వేగంగా వెళ్తున్న సైకిల్ వెనుక సీటు మీద నుంచుని సడన్ బ్రేక్ వేయించుకుని గాల్లో ఎగిరి ఫల్టీకొడుతూ దెబ్బలు తగలకుండా పడడం అభ్యాసం చేశాను.

'రాము' అనే కుర్రాడు నాకు యోగాసనాలు వేయడం నేర్పించాడు. యిదేళ్ళ సాధన చేశాను. జరగబోయే విషయాలు అప్పడు నాకు ముందుగా తెలిసిపోతూ ఉండేవి. రాము వారంలో మరణిస్తాడని తెలిసి ఆ విషయాన్ని అతడికే చెప్పేశాను. నిజంగానే అతడు వారం తరువాత మరణించాడు.

★★★

తిరుపతికి వేళ్ళే రెండో ఘాట్ ఎలా ఉంటుందో ఏడేళ్ళ ముందే నాకు కనిపించింది. రేపో ఎల్లుండో రాబోతున్న బంధుమిత్ర పరిచయస్తులను

ముందే చూసేసేవాణ్ణి. మక్కాలోని "కాబా", తిరుపతిలోని "వేంకటేశ్వర స్వామి విగ్రహమూ" ఒకే జాతి శిలలు అనీ ఆ శిలలు భూమికి సంబంధించింది కాదనీ, విశ్వంలో మరెక్కడినుంచో వచ్చాయనీ నాకు తెలిసింది.

★★★

నేను పాట పాడిన తరువాతే మా తరగతుల్లో పాఠాలు ప్రారంభింపబడేవి. కొన్ని లలిత గీతాలు కచేరీలు కూడా చేశాను. గొప్ప సంగీత దర్శకుల ముందు ఒకే మంచం పై కూచుని పాటలు పాడాను. పోటీలలోకి వెళ్తే నాకే బహుమతులు వస్తూ ఉండేవి. స్నేహితులు బ్రతిమాలుకుంటే పోటీలకు వెళ్ళడం మానేశాను. 'చిరంజీవి' అనే కుర్రాడూ నేనూ కలిసి ఓ లిఖిత పత్రికను కొన్ని నెలలపాటు నడిపాం. అందులో కథలూ, బొమ్మలూ నేనే రాసేవాణ్ణి, వేసేవాణ్ణి.

వెదురు బద్దతో విల్లును తయారు చేసుకుని గురి తప్పకుండా బాణాలు వేయడాన్ని అభ్యాసం చేశాను. చేతిలో నయాపైసా కూడా లేకపోయినా స్నేహితుల డబ్బుతో ఛాలెంజ్ చేసి ఒక్క ఫోటో కూడా చెడిపోకుండా మామూలు కెమెరాతో అద్భుతమైన ఫోటోలు తీసేవాణ్ణి. అన్నీ నాకు సరిగ్గా అమరేవి. మూవీ కెమెరాలను కూడా హ్యాండిల్‌చేసి ఫోటోగ్రఫీలో, డార్క్‌రూం టెక్నిక్స్‌లో ప్రతిభను సాధించాను. గొప్ప రచయితలను ఆదర్శంగా తీసుకుని రచనలు చేయడాన్ని అభ్యాసం చేశాను. నాటకాలలో నటించేవాణ్ణి.

★★★

ఎక్కడినుంచి ఎక్కడికైనా నడిచేవెళ్తూ ఉండేవాణ్ణి. కాలినడకతో తిరుమలకు లెక్కలేనన్నిసార్లు నడిచేవాణ్ణి. అనేకసార్లు చావు తప్పించుకున్నాను. మొదటి సారి ఓ ఎద్దుబండి నా చెంప మీది నుంచి వెళ్ళింది. సైన్సు ఎగ్జిబిషన్‌లో 2000 సైన్సు మోడల్సులో మొదటి బహుమతి లభించింది, నా ట్రాన్సిస్టర్ రేడియోకు. వైర్లెస్ ఎలా పనిచేస్తుందో వివరిస్తూ 25000 ఓల్టులు విద్యుత్ స్పార్కులో నా అరచేతిని పెట్టాను! మరోసారి నా చేతిలో

'ఆసిడ్ బాటిల్' పగిలింది. దేహంలోకి ఆసిడ్ వెళ్ళింది. మరోసారి బంతికోసం వంగి ఉన్న నాపై నుంచి నా ప్రక్కనే ఓ పిడుగు పడింది!

★★★

సంపదనూ, దరిద్రాన్నీ బాల్యం నుంచే అనుభవించాను. ఎంతో లోతయిన జీవితంలోనే ఎంతో చురుకుగా ప్రవేశిస్తున్నా దాంతో ఏ సంబంధమూ లేనట్లే నా జీవితం సాగుతూ ఉండేది.

సమాధానాల కోసం తీవ్రంగా ఆలోచించి ఇక చేతకాక వదిలిపెట్టేస్తే అద్భుతంగా జవాబులు సరయిన సమయంలో నాకే తెలిసేవి.

కొన్ని మార్లు అనుకున్నవి అనుకున్నట్లు జరిగేవి. మరెన్నో మార్లు ఎంత ప్రయత్నించినా ఏ పనులూ జరిగేవి కావు. తగిన సమయానికి తగినంత సహాయం ఏదోవిధంగా అందేది. బాహ్యంలో ఆ అద్భుతాలకు కారణం ఎంత శోధించినా తెలిసేది కాదు. ఎన్నో వైరుధ్యాలలో సహజీవనం నేర్చుకున్నాను.

★★★

సైకాలజీ ప్రయోగాలు ఎన్నో చేశాను. ముద్దొచ్చే పాపను దగ్గరికి రమ్మని చేతులు చాస్తే ఆ పిల్ల దగ్గరికి వస్తే ఎత్తుకుని ముద్దుపెట్టుకుని దాన్ని గురించే నిశితంగా ఆలోచించాను. విలువిద్యకూ, ఈ చర్యకూ పోలిక కనిపించింది. లక్ష్యాన్ని ఖచ్చితంగా చేరుతుందన్న విషయం నూటికి నూరుపాళ్ళు తెలిసేంతవరకూ బాణాల్ని వదలడనీ, వదిలిన తరువాత ఎన్ని అవాంతరాలు వచ్చిన అది అక్ష్యాన్ని ఛేదించే తీరుతుందనీ ఆ సమయంలో విలుకాడికీ లక్ష్యానికీ అతడి చర్యకూ బలమైన బంధం ఉందనీ అర్థమైంది. అదే విధంగా ముద్దొస్తున్న అమ్మాయికోసం చేతులు చాస్తున్న వాడికీ, దగ్గరికొచ్చి ముద్దు పెట్టించుకుంటున్న పిల్లకీ విడదీయరాని ఏ బంధమో ఉందని అర్థమయింది. ఆ పిల్ల వీడి దగ్గరకు రాకుండా ఉండలేదు. ఆ పిల్లను వీడు ఏ ఆప్యాయతతో ఆహ్వానిస్తున్నాడో అంత ఇష్టమే అంత నమ్మకమే ఆ పిల్లకూ వీడి మీద కలుగుతుందనీ తరువాత తాను వాడి దగ్గరకి పరుగెత్తుకుని రావడమూ, అతడు తనను ఎత్తుకుని ముద్దుపెట్టుకోవడమూ జరగడంలో ఏ అసహజత్వమూ లేదనీ పిలిచేవాడికీ పిలవబడుతున్న పిల్లకూ ఏ భేదమూ లేదనీ అర్థముయింది.

మాటలు ఇంకా రాని మనవణ్ణి మాట్లాడించాలను కున్నాను. వాడు మట్టి తింటున్నాడు. దగ్గరికి వెళ్ళి వాడి ముందు కూర్చుని "నువ్వు మట్టి ఎందుకు తింటున్నావో చెప్పు!" అని అడిగాను. వాడు దేవుడిలా నవ్వుతూ ఇంత మట్టి తీసి నా నోట్లో పెట్టాడు!

★★★

గజేంద్ర మోక్షం కథలాంటిది నాకూ అనుభవమైంది.

నేనూ, వయసులో నాకంటే చిన్నవాడైన మా మామయ్య కేశవుడు ఒకే రూంలో ఉండేవాళ్ళం. రెండు జతల బట్టల్ని మార్చి మార్చి వాడుకుంటూ, వారం తరువాత ఉతుక్కుంటూ. అర్ధరాత్రి అయినా వాడు ఇంటికి తిరిగిరాలేదు. నేను ఓ పుస్తకంలో మునిగిపోయి ఉన్నాను.

"మోహన్' అనే మాట విన్పించింది. బయటికి వెళ్ళి కాంపౌండ్ గేట్‌లో ఉన్న తలుపు తీశాను. బయట సన్న సందు. కేశవుడు అక్కడ లేడు! మళ్ళీ తలుపు వేసేసి వెనక్కు తిరిగొచ్చి పుస్తకం చదవడంలోనే నిమగ్నం అయ్యాను.

రెండు మూడు సార్లు ఇలాగే జరిగింది. కేశవుడి గొంతుతో నా పేరు వినిపిస్తూనే ఉంది; కానీ కేశవుడు మాత్రం రావడం లేదు! నేను వినడం నా 'భ్రమ' కాదని నాకూ తెలుసు. మరి కేశవుడేడీ?

మళ్ళీ నా పేరు వినిపిస్తే మళ్ళీ వెళ్ళి చూశాను. కేశవుడు లేడు.

ప్రక్కనే ఉన్న టాయ్‌లెట్‌లోకి వెళ్ళాను.

అక్కడి కండోవ్ నీళ్ళలో ఓ కప్ప బయటకు రావడానికి విశ్వప్రయత్నాలూ చేసి అలసి నిస్త్రాణతో తేలుతూ దీనంగా నావంక చూస్తోంది. అప్పటి వరకూ కేశవుడి గొంతుతో 'టెలిపతిక్'గా నన్ను పిలుస్తున్నది ఆ కప్పేనని వెంటనే నాకు అర్ధమయింది!

విష్ణుమూర్తిలాగా కాకపోయినా, కుంపట్లోకి బొగ్గులను వేసుకునే ఓ చిల్లుపడి ఉన్న గరిటను పట్టుకొచ్చి ఆ కప్పను రక్షించాను!

బయట పడిన ఆ కప్ప నా వైపు తలెత్తి చూసి తరువాత మెల్లగా గెంతుతూ వెళ్ళిపోయింది!

★★★

మా అమ్మగారయిన సుశీలమ్మకు "లెవిటేషన్" శక్తి ఉండేది. సుంచుని వున్న ఫళంగా ఆమె గాల్లోకి లేచేది. జరగబోయే విషయాలన్నీ ముందుగా ఆమెకు తెలుస్తూ ఉండేది. రాబోయే ప్రమాదాలను గురించి ఎన్నో సార్లు ఆమె చెప్పడం జరిగింది. అవన్నీ అలాగే జరిగేవి. సంపదనూ దరిద్రాన్నీ సమానంగా ఆమె జీవించింది. ఎంతో కట్టుదిట్టంగా మమ్మల్ని పెంచింది. ఓ 'దివ్యలీల'గా ఆమె సాగింది. కరుణ, దయ, సానుభూతులకు ఆమె ప్రతిరూపం. నా ఋణం తీర్చుకునేందుకు ఆమే, తల్లి ఋణం తీర్చుకునేందుకు నేనూ నిరంతరం ప్రయత్నించే వాళ్ళం.

క్షయరోగం వల్ల ఆమె ఎడమ ఊపిరితిత్తి పాడయింది. శస్త్ర చికిత్సతో దాన్ని తొలగించారు. తరువాత మూడేళ్ళు ఆమె ఆరోగ్యంతో జీవించింది.

"ఎన్నాళ్ళు నాకీ కష్టాలు?" అని ఆమె భగవాన్ సత్య సాయిబాబాను అడిగితే,

"బస్తా బియ్యాన్ని ఒక్కసారే తినగలవా?" అని ఆయన ఆమెను ఓదార్చారు.

★★★

పెద్దవాళ్ళంటే నాకెంతో గౌరవం. పెద్దలకు నాపై ఎంతో వాత్సల్యం.

కవిసామ్రాట్ నోరి నరసింహ శాస్త్రి గారు "రాంపా" పుస్తకాల్లోని విషయాలను నేను వర్ణించి చెబుతూంటే వింటూండేవాడు. బౌద్ధం మీదా, భగవద్గీత మీదా మా చర్చలు సాగేవి. నాకు ఉపనయనం ఇంకా కాకుండా ఉన్నందుకు ఆయన నొచ్చుకునేవాడు! తానే నాకు ఉపనయనం జరిపిస్తాననీ, తననే తండ్రిగా అనుకోమనీ చెప్పేవారు. పక్షవాతం వచ్చి మాటపడిపోయినా ఓ 'ABCD' అట్టమీద వ్రాయించుకుని ఆ అక్షరాలను చూపిస్తూ ప్రశ్నలను అడిగి నా సమాధానాలను వింటూ ఉండేవాడు.

నోరి వారు గొప్ప శివభక్తులు. నరసింహ శాస్త్రి గారి నాలుగో అబ్బాయి హయగ్రీవ శాస్త్రి. బ్యాంక్‌లో నా సహోద్యోగి. నా స్నేహితుడు. హస్తసాముద్రికంలో, మంత్ర శాస్త్రంలో, జ్యోతిషంలో, న్యూమరాలజీలో నిష్ణాతుడు. సమస్య వస్తే శివుడి మీదే అలిగి కూర్చునేవాడు! శివుడే వచ్చి బ్రతిమాలితే కానీ భోజనం చేసేవాడు కాదు!

శాస్త్రి సోదరి దేవీ ఉపాసకురాలు. హృద్రోగంతో ఆమె భర్త మరణించేంత వరకూ ఆవిడ పూజలు చేసేది. ఆమె పూజ చేసే సమయంలో విగ్రహం మీద దేవతామూర్తి నిలువెత్తున సాక్షాత్కరించి కనిపించేది! మళ్లీ మరొక్కసారి ఆ దేవతా మూర్తిని తనకు చూపించమని ఆవిడ నన్ను బ్రతిమాలుతూ ఉండేది. నాకు అలాంటి సామర్థ్యం లేదనీ తన స్వంత ప్రయత్నంతోనే మళ్లీ ఆ దర్శనాన్ని పొందవచ్చుననీ నేను అనేవాణ్ణి.

★★★

32 సంవత్సరాల వయస్సులో నేను మరణిస్తానని శాస్త్రి జ్యోస్యం చెప్పాడు. 1973లో అప్పుడు నాకు 26 ఏళ్ళు. అంతకు ముందు జరిగిన కథ శాస్త్రికి తెలియదు.

B.Sc అప్లికేషను 5 రూపాయలు, B.Com అప్లికేషను 3 రూపాయలు నాకు సైన్సంటే ఇష్టం.

రెండు రోజులు పస్తులు పడుకుని మూడు రూపాయలు ప్రోగు చేశాం.

'బీకాం' పూర్తయింది. ఎన్నో పనులు చేశాను నేను. న్యూస్ పేపర్ బాయ్‌గా, ఎలక్ట్రీషియన్‌గా, ట్యూషన్లు చెప్పేవాడిగా గ్యారేజీలో మెకానిక్‌గా, పెయింటర్‌గా, కిళ్లీలు కట్టేవాడిగా ఏ పని దొరికితే ఆ పనులు చేసి తరువాత బ్యాంక్ ఉద్యోగంలో చేరాను.

ఓ ఎండాకాలం మధ్యాహ్నం పూట. బయట ఎండ. లోపలి గదిలో నేను అలిస్టెయిర్ మేక్లీన్ నవల "వేర్ ఈగిల్స్ డేర్" చదువుతూ ఉన్నాను. కథ స్విట్జర్లాండ్‌లో ఓ రాత్రివేళ గడగడా వణికించే చలిలో గూఢచారులూ, వాళ్లను వెంటాడుతున్న డాబర్‌మాన్ వేటకుక్కలూ, ఓ లోయప్రక్కన ఉన్న కోట సమీపంలో జరుగుతూ ఉంది. కథలో లీనమయిపోయి ఉన్న నేను కూడా స్విట్జర్లాండ్‌లోనే ఉన్నాను, కనుక ఓ రగ్గును కప్పకుని చలితో వణుకుతూ నా గదిలోనే చదువుకుంటూ ఉన్నాను.

ఉన్నట్లుండి గదిలో గాఢాంధకారం అలముకుంది. చిమ్మచీకటి. బయట ఎండ కనిపిస్తూనే ఉన్నా ఈ గదిలో మాత్రం కన్నుపొడుచుకున్నా ఏమీ కనిపించనంత చీకటి!

నాకు ఆరు అడుగుల దూరంలో నేను నుంచుంటే నా తల ఎంతెత్తులో ఉంటుందో ఆ చోట్లో ఫుట్‌బాల్ సైజులో ఉన్న ఓ 'కాంతిగోళం' సాక్షాత్కరించింది. హైడ్రోజన్ బెలూన్‌లా గాలిలో తేలుతూ తన చుట్టూ తానే ప్రచండ వేగంతో పరిభ్రమిస్తోంది. దేదీప్యం గా వెలుగుతూ ఉన్నా గదిలో అది ఉన్నచోటులో తప్ప మిగతా పూర్తి అంధకారమే అవరించుకుని ఉంది! నన్ను నేను మరచిపోయి దానివంకే చూస్తూ ఉన్నాను!

ఉన్నట్లుండి నా మనస్సులో "వస్తావా? ఉంటావా?" అనే మాట స్పష్టంగా వినిపించింది.

రెండు క్షణాల ''ఏం సమాధానం చెప్పాలా?'' అని తటపటాయించాను.

నాలో ఏ ఆలోచనా సాగలేదు. ఉన్నట్లుండి ఓ విచిత్రం జరిగింది.

కొన్ని లక్షల సంఘటనలు - భూత, వర్తమాన, భవిష్యత్తులకు సంబంధించినవి - నా ముందు సజీవం గా, ఒకదాని వెనుక మరొకటి, వరుసగా, విపరీతమైన వేగంతో అయినా సావకాశంగా నేను గమనించ గలిగే వేగంతోనే - నా ముందు ప్రత్యక్షమైన తెర మీద ప్రసరించి కనిపించాయి! సజీవ చిత్రాలు ఆగిపోయి తెర కూడా మాయమైపోయింది. నేనేం చూశానో వాటి గురించి ఒక్కమాట కూడా చెప్పలేను.

కాంతిగోళం నా సమాధానం కోసం ఇంకా నిరీక్షిస్తూనే ఉంది.

వెంటనే మరో విషయం నాకు గుర్తొచ్చింది.

మా నాన్నమ్మ శాపం!

"రేయ్ జానకీ! (మా తండ్రి జానకి రామయ్యగారు) నువ్వూ, నీ పిల్లలూ వీధుల్లో ముష్టెత్తుకోవాలి. ఈ వంశం నశించిపోతుంది. ఇది జరిగి తీరుతుంది!"

నేను మహా మొండివాణ్ణి, భవిష్యత్తును నేను మారుస్తాను.

"ఉంటాను" అని సమాధానం ఇచ్చాను.

మెల్లిగా గోళం మాయమైపోయింది. మళ్లీ గదిలోకి వెలుగు వచ్చింది.

చదువుతున్న పుస్తకం లో ఏ పదం దగ్గర ఆగిందో, అక్కడే నా చూపు ఉంది! ఎంత ఉద్విగ్నతతో చదువుతున్నానో ఇప్పుడూ అలాగే ఉన్నాను. ఆ వాక్యం పూర్తయింది. ఎంతో సహజంగా మధ్యలో ఏమీ జరగనట్లే అనిపించింది. పుస్తకం మీద నా ధ్యాస క్షణంలో వెయ్యోవంతు కూడా తప్పిపోలే దన్నట్లే ఇదంతా జరిగింది!

★★★

'పెళ్ళి చూపుల' కోసం వెళ్ళాను! "నీది అశ్లేషా నక్షత్రం. అత్తగారు లేని జాతకం. నీకు పిల్లనిచ్చి మమ్మల్ని చంపుకోలేం. నువ్వంటే మాకు ఇష్టమే అనుకో అయినా ఎందుకయినా మంచిది. వేరే సంబంధాలు చూసుకోండి - అని మా అత్తలు అందరూ నిష్కర్షగా చెప్పేసిన తరువాత - వాళ్ళ కూతుళ్ళ మీది నా ప్రేమను చంపేసుకున్న తరువాత.

మొట్టమొదటిసారి లేచి నుంచుని అయిదారు అడుగులు వేసి తొట్రుపడి మా అమ్మను నవ్వుతూ కౌగిలించుకున్న విషయం నాకు స్పష్టంగా గుర్తుంది!

ఆ సంఘటనే మళ్ళీ పునరావృతమయింది.

బాల్యపు నా పోలికలతోనే ఉన్న ఓ పసివాడు నా దేహంలోంచి బయటికి వచ్చాడు. చిన్ని చిన్ని అడుగులు వేసుకుంటూ నా ముందు కూర్చుని ఉన్న 'సుగుణ' వెనక్కు వెళ్ళాడు. తన రెండు చేతులనూ ఆమె మెడ చుట్టూ వేసి పట్టుకుని ఆమె వీపు మీద ఉయ్యాల ఊగాడు!

నా బిడ్డకు తల్లి ఈమే!

మా పెళ్ళయింది! పెళ్ళికి ముందు హారిజాంటల్ బార్ మీద కసరత్తు చేస్తూ క్రిందపడి "కాలర్ బోన్" విరిగింది కనుక, చేతికి కట్టుకట్టి ఉంది కనుక, తాళిబొట్టును నాబదులు నా చెల్లెలే కట్టింది!

'దిలీప్' 'దినేష్'లు ఇద్దరూ పుట్టిన తరువాత ముందు మా అమ్మగారూ, ఆ తరువాత నాలుగో రోజున మా అత్తగారూ, మరణించారు.

★★★

నాకు 32 ఏళ్ళు వచ్చాయి.

సిగరెట్లు మానేసి అప్పటికి రెండేళ్ళు అయింది.

ఉన్నట్లుండి రొమ్మునొప్పి ప్రారంభమయింది. నా గుండెను ఎవరో 'పట్టకారు'తో బలంగా నొక్కిపెట్టి ఉన్నట్లు. నా భార్య చిన్న వదిన ఇందిరమ్మK MD. డాక్టరు, కాలేజీలో ప్రొఫెసర్.

ముప్పై తొమ్మిది రోజులు ప్రతిరోజూ హాస్పిటల్‌కు తీసుకువెళ్ళి పరీక్షలు చేయించేది. డాక్టర్లకు నాకేం జబ్బో అంతుపట్టలేదు.

"ఒక్క సిగరెట్ త్రాగు! నీ నొప్పి వెంటనే తగ్గిపోతుంది!" అని నా మనసులో వినిపిస్తూ ఉండేది.

కానీ నేను మొండివాణ్ణి. "చావనయినా చస్తాను కానీ సిగరెట్ మాత్రం త్రాగను!"

నలభైయ్యవ రోజు ప్రొద్దున నొప్పి మాయమైపోయింది!

వెంటనే ఆఫీసుకు బయల్దేరాను!

దార్లో ఓ సిగిరెట్ పెట్టె అగ్గిపెట్టె కొన్నాను!

తరువాత కొంత కాలానికి నాకు తెలిసింది జ్యోతిషానికి పార్వతిదేవి శాపం ఒకటి ఉందనీ, విధితో పోరాడి భవిష్యత్తును మార్చుకోవాలనే మొండివాళ్ళ మీద జ్యోతిషశాస్త్రం పనిచేయకూడదని!

★★★

భయపడి పరుగెత్తుకొస్తున్న ఓ ఎద్దు నా దగ్గరికి వచ్చేసింది, దాన్ని మరో ఎద్దు తరుముతూ వస్తోంది కనుక. రొప్పుతున్న దాని ఊపిరి నా ముఖానికి తగిలింది. అయినా నేను ప్రక్కకు తప్పుకోక అలాగే నిశ్చలంగా నిలబడిపోయాను. అంత వేగంలోనూ ఆ రెండు ఎద్దులూ నా ప్రక్కనుంచి వెళ్ళిపోయాయి. నాలో ఏ ఉద్విగ్నతా కలుగలేదు.

★★★

హయగ్రీవశాస్త్రి కర్నూలుకు 1994లో బదిలీ అయి "స్టేట్‌బ్యాంక్ -బుధవారపేట" బ్రాంచీలో చేరాడు. త్వరలోనే "కర్నూలు స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీ బుద్ధా పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రం" వైపు అత్యంత బలంగా ఆకర్షింపబడ్డాడు.

నేను అప్పుడు హైదరాబాద్ లాలాగూడ బ్రాంచిలో ఉండేవాణ్ణి. కర్నూలు ధ్యాన వార్తలను శాస్త్రి నాకు కలిసినప్పుడల్లా వినిపిస్తూ ఉండేవాడు. శాస్త్రి మాటల్లో ఎప్పుడూ "శ్రీ సుభాష్ పత్రీ" గారి పేరు వినిపిస్తూ ఉండేది! "ఆయన ఓ గొప్ప మాస్టర్" అని శాస్త్రి పదే పదే నాతో అంటూ ఉండేవాడు!

★★★

1995 ఆగస్టు లో నేను ఆదోని బ్రాంచికి బదిలీ అయ్యాను. అక్కడి నుంచి కర్నూలు దగ్గరే కనుక "పత్రీ గారి" ని కలిసే ప్రయత్నాలను చేశాను. చివరికి నా ప్రయత్నాలు ఫలించి ఆయన దర్శన భాగ్యం నాకు కలిగింది. అప్పుడు ఆయన మౌనవ్రతం లో ఉన్నారు! ఓ కాగితం మీద తన ప్రశ్నలను వ్రాస్తూ ఆయన నాతో మట్లాడారు!

ఆ సంభాషణ భగవంతుడి మీదా, వ్యక్తి మీదా కొన్ని నిమిషాల పాటు జరిగాక శ్రీ సుభాష్ పత్రి గారు కాగితం మీద ఇలా వ్రాశారు.

"— నీకు ఏమీ తెలియదు! 0/100! తూర్పుకు తిరిగి దండం పెట్టుకో!"

ఆ మాటతో నా నలభై ఏడేళ్ళ పరిశ్రమలో నిజంగా నేనేమీ నేర్చుకోలేదన్న యదార్థం నాకు 'కమ్చీదెబ్బ'లాగా బలంగా తగిలి కుంచించుకుపోయాను. పత్రిగారి మాటలు నా అంతరాంతరాలలోని నిస్సహాయతను పైకి లాగాయి. లేచి నుంచున్నాను. ఆయనతో ఇంకేం మాట్లాడగలను?

తడబడే గొంతుతో "నాకు ఏమీ తెలియదన్న విషయం మీ వల్ల తెలిసి ఎంతో సంతోషమయింది. అయితే ఇక ఏం చెయ్యాలి?" అని నెమ్మదిగా అడిగాను. సుభాష్ పత్రి గారు జవాబుగా ఓ కాగితాన్ని తీసి నాకు అందించారు.

ధ్యానం ఎలా చెయ్యాలో, ధ్యానం వల్ల లాభాలేంటో వర్ణించే ఓ కరపత్రం ఆ కాగితం.

★★★

మధ్యాహ్నం కర్నూలుకు వచ్చాను. "శ్రీ ఆంజనేయ శర్మ" గారు రవతొండ లో "పిరమిడ్ కేంద్రం" ప్రారంభోత్స వానికి బయలుదేరి వెళ్ళేందుకు ంట్లోంచి బయటకు రాబోతూంటే నేను ఎదురొచ్చాను.

లోపలికి వెళ్ళి కూచున్నాం. హయగ్రీవ శాస్త్రి అంటున్నాడు - "మోహన్! ఈయన్ని నువ్వు ఏమన్నా అడుగు. ఈయన్తో 'డిస్కస్' చెయ్యి. నువ్వెలా మాట్లాడినా ఈయన తొణకడు.

ఆ రోజు ఓ గంటన్నర సేపు నా మనస్సులో నింపుకున్న అజ్ఞానాన్నంతా శ్రీ ఆంజనేయ శర్మ గారి ముందు కక్కేశాను! తేలికపడ్డ శరీరంతో ఆదోనికి వెళ్ళిపోయాను.

★★★

సాయంత్రం,- సూర్యాస్తమయం అవుతున్న వేళ

"డాక్టర్ హరి" గారు నన్ను ధ్యాన భంగిమలో కూర్చోపెట్టి ధ్యానం ఎలా చెయ్యాలో పూస గుచ్చినట్లు చెప్పి మళ్ళీ తాను చెప్పేంతవరకూ కళ్ళు తెరవద్దని చెప్పారు.

నా తల వెనుక సూర్యాస్తమయమయింది. 70 నిమిషాలు మొదటిసారిగా ధ్యానంలో నేను కూర్చోగలిగాను!

నన్నులేపి "ఏమయినా అనుభవాలు కలిగాయా?" అని డాక్టర్ హరి అడిగారు. "మొదట్లో కొంతసేపు శరీరం లోపలి శబ్దాలు వినిపించాయి. కాస్సేపు తరువాత నా ముందు ఎవరో నడుస్తున్నట్లు అనిపించింది.

"తరువాత నా శరీరం ఒకటిన్నర కిలోమీటర్ల దూరం ఎత్తుకు ఎదిగినట్లు అనిపించింది. అంతే!"

"వెరీగుడ్. ఇలాగే సాధన చెయ్యండి" అన్నారు డాక్టర్ హరి. తరువాత అనేక ధ్యానమిత్రులతో నాకు స్నేహం ఏర్పడింది.

★★★

క్రమేపి అనేకానేక ధ్యానానుభవాలు కలిగాయి.

ఓ ధ్యానానుభవంలో నా శిరస్సు మాయమైంది. శరీరం వైపు చూద్దామని ప్రయత్నిస్తే చేతులూ, కాళ్ళూ కూడా మాయమైపోయాయి. మొండెం బదులు ఓ నల్లటి కుండ ప్రత్యక్షమైంది. ఆ కుండలోకి తొంగి చూశాను. లోపల ఖాళీగా ఉంది!

హయగ్రీవ శాస్త్రి శివరామిరెడ్డి గార్ల ప్రోత్సాహంతో డాక్టర్ లోబ్‌సాంగ్ రాంపా "యూఫార్ ఎవర్" పుస్తకాన్ని అనువదించాలని సంకల్పించి నప్పుడు కొత్తపల్లికి సమీపంలో ఉన్న "కొలను భారతి" సరస్వతీ క్షేత్రానికి వెళ్ళాను.

ఎక్కువ ఎత్తులేని గుడి అది. విద్యుత్తు ఆ గుడిదాకా ఇంకా రాలేదు. ఆ గుళ్ళో ఎన్నోసార్లు దొంగతనాలు జరిగాయి. నిధుల కోసం విగ్రహం క్రింద చోరులు త్రవ్వి నాశనం చేశారు. అందువల్ల, రెండు విగ్రహాలు విరూపాలు అయ్యాయి. క్రొత్తగా ప్రతిష్ఠించిన మూడో విగ్రహానికి చెరోవైపూ పాత విగ్రహాలు ఉన్నాయి.

గుడిలో గుడ్డిగా వెలుగుతోన్న ఓ ప్రమిద. ఆ వెలుతురులో ఆ విగ్రహాల ముందునుంచున్నాను.

నా ఎదురుగా ఉన్న మొదటి విగ్రహం చేతిలో ఉన్న ఢమరుకం కదలడం కనిపించింది. శబ్దం మాత్రం రావడం లేదు. "భ్రమ" అనుకున్నాను. గుడి బయటికి వచ్చేశాను. రెండు మూడు గంటల పాటు ప్రకృతి మధ్య గడిపాను. వెనుదిరిగి కొత్తపల్లికి వెళ్ళిపోదామని అనుకుని వెళ్ళిపోయే ముందు మరొక్కమారు గుళ్ళోకి నడిచాను.

ఈ సారి మధ్యలో ఉన్న క్రొత్త విగ్రహం ముందు నిలబడ్డాను, బాగా దగ్గరగా ఉన్నట్లుండి ఆ విగ్రహం శిరస్సు మాయమై మా అమ్మ తల కనిపించింది! కళ్ళు నులుముకుని మళ్ళీ పరీక్షగా చూశాను. మా అమ్మ తలే! చివరి సారి నేను ఆమెను చూసినట్లు సరిగ్గా అలాగే ఉంది!

తల్లి లేని వాణ్ణి కదా, ఎంత ప్రేమ పుట్టుకొచ్చిందో !?

నా రెండు అరచేతులూ ఆమె చెంపల మీద ఆనించి అప్యాయంగా నిమిరాను! మెత్తగా తగులుతోంది నా చేతులకు, ఉన్నట్లుండి ఆమె కళ్ళు రెండూ చటుక్కున తెరుచుకుని ప్రేమతో నా వైపే చూశాయి!

'భయం' కాదు కానీ ఓ 'షాక్' తగిలినట్లు అనిపించింది. మెల్లగా చేతులను వెనక్కు తీసేసుకుంటూ ఉంటే ఆ రెండు కళ్ళూ నెమ్మదిగా

మూసేసుకున్నాయి. అమ్మతల మాయమై శిలా విగ్రహపు శిరస్సే మళ్ళీ తయారైంది.

★★★

తరువాత నా అనువాద వ్యాసంగం నిజంగా ఓ అద్భుత ప్రక్రియగా మారింది. రాత్రుళ్ళు నా ప్రక్కనే ఎవరో కూర్చుని నేను వ్రాస్తున్న అనువాదాన్ని నిశితంగా గమనిస్తున్నట్లు అనిపించేది. ఎంతో స్ఫూర్తి లభించేది. ఎదురుగా సుభాష్ పత్రి గారి "తులసీదళం" మీద ఫోటో నన్ను నిద్రపోనియకుండా నాలో శక్తిని నింపేది. లోబ్‌సాంగ్ రాంపా నా కలం లోంచి తన అనువాదాన్ని తానే చేశాడని నా నమ్మకం. "నేను నిమిత్తమాత్రుణ్ణి" అని నా అభిప్రాయం.

★★★

చాలా రోజుల తరువాత పత్రిగారిని కలవడానికి వెళ్ళాను.

ఆయన బయట ఓ కుర్చీ వేసుకుని కూర్చుని చదువుకుంటున్నారు. నన్ను చూస్తూనే లేచి ఇంట్లోకి దారి తీశారు. లోపల కూర్చుంటూ ఓ సారి నాతో కరచాలనం చేసి "ఇక మీరు చచ్చిపోవచ్చు!" అన్నారు.

వెంటనే మొదటి అంకం నాకు గుర్తొచ్చింది. " 'అప్పటి' గోళపు ప్రశ్నకు 'ఇప్పటి' నా జవాబా ఇది?" అనిపించింది! "యూ ఫార్ ఎవర్" కు "మరణం లేని మీరు" అనే పేరు అద్భుతం గా పత్రిగారే నిర్ణయించారు.

★★★

కొలను భారతీ క్షేత్రంలోని సరస్వతి గుళ్ళో దీపం సెమ్మెలో కొంత నూనె పోసి ఓ వొత్తిని ముంచి వెలిగించాను. చేతికి అంటుకున్న నూనెను అరికాలికి రాసేసుకుని అక్కడే ధ్యానంలో కూర్చున్నాను, "నాకు జ్ఞానం కావాలి" అనుకుని.

"నీ శరీరం లాంటిదే మండుతున్న వత్తి కూడా"
"బట్టి వొత్తిని వెలిగిస్తే ఒక్క సారి మండి అరిపోతుంది"
"వొత్తి స్థిరంగా నిలబడి మండాలంటే నూనె కావాలి"
"మండేది నూనే కానీ వొత్తి కాదు".

"పరమ పవిత్రం"గా ఈ భూమిమీద ఒక్క శరీరం కూడా ఉండలేదు. భూమి మీదికి శరీరం రావాలంటే కొంతయినా మలినాన్ని స్వీకరించే తీరాలి. కనీసం ఒక అవలక్షణమయినా ఉండితీరాలి. ఆ అవలక్షణం "జ్ఞాన" మనే మంటలో దగ్ధమైతే ప్రజ్ఞానం ప్రాప్తిస్తుంది.

"వొత్తికి నూనె మలినం! శరీరానికి అజ్ఞానం మలినం".

"నూనె మండుతూ వొత్తిని నిలబెడుతుంది, వెలుగులు ప్రసరిస్తుంది".

"అజ్ఞానం మండిపోతూ శరీరాన్ని నిలబెడుతుంది. జ్ఞానార్జన జరుగుతుంది".

"మంటకు నూనే మూలం, మంటకు నూనే ఆధారం, మంటకు నూనే పోషణ".

"అజ్ఞానమే సృష్టికి మూలం, అజ్ఞానమే సృష్టికి ఆధారం, అజ్ఞానమే సృష్టికి పోషణ".

"వెలుగుతున్న వొత్తీ, జీవిస్తున్న శరీరమూ రెండూ ఒక్కటే"!

★★★

కొత్తపల్లి గ్రామంలో ఓ సాయంత్రం సూర్యాస్తమయం అవుతున్న వేళ. క్యాడ్‌బరీస్ చాక్లెట్‌లా సన్నగా నాలుగు అంగుళాల పొడవున్న పల్చటి నల్లరాయి మైదానంలో నన్ను ఆకర్షించింది. చేతిలోకి తీసుకున్నాను. వ్రేళ్ళ మధ్య దాన్ని పట్టుకుని బొటనవేలితో నొక్కేసరికి అది రెండు ముక్కలైంది. కానీ అలా విరగడం వల్ల కొంత పదార్థం కూడా ధూళిగా తయారవక శుభ్రమైన రెండు ముక్కలుగా ఆ రాతి ముక్క పగలింది. ఆ రెండు ముక్కలనూ మళ్ళీ ఇదివరకు ఉన్నట్లే కలిపి చూశాను. మధ్యన ఉన్న పగుళ్ళూ, చీలికలూ మళ్ళీ సరిగ్గా ఒక దానిలో మరొకటి సర్దుకుని సరిగ్గా యధాస్థానానికి వచ్చేశాయి! ఉపరితలంలో చీలిక గుర్తు కూడా కనిపించడం లేదు! ఆ ముక్కలను రెండు మూడుసార్లు విడదీసి మళ్ళీ కలిపి చూశాను. ఆ రాతి ముక్క విరిగినట్లే కనిపించడం లేదు! కలిపి ఉన్న వ్రేళ్ళ మధ్యే ఆ రాతి ముక్కను ఉంచుకుని ధ్యానం చేశాను.

ఈ మాటలు వినిపించాయి.

"మొదట్లో నేను ఒక్కటిగానే ఉన్నాను. తరువాత రెండుగా కనిపించాము. విరగక ముందూ, రెండు ముక్కలయిన తరువాత కూడా వాస్తవంగా ఉన్నది ఒక్కటే! నేను భిన్నుణ్ణి కాను!"

"ఓ వస్తువు నీకు కనిపించాలంటే ఆ వస్తువు నీకంటికి తగినంత దూరంలో నీ ముందే ఉండాలి. దాని మీద నీ దృష్టి ఉండాలి. అంటే చూస్తున్న వాడూ-చూసేచూపూ-చూడబడు తున్న వస్తువూ ఒకే సరళరేక లో ఉండాలి. ఆ చూడబడుతున్న వస్తువులోకే చూస్తున్నవాడు దూరిపోయినా, చూడబడుతున్న వస్తువే చూస్తున్నవాడిలోకి దూరిపోయినా ఆ వస్తువు కనిపించదు"!

"విశ్వాన్ని నువ్వు చూడాలంటే విశ్వానికి దూరంగా నిలబడాలి! అలా కాక ఆ విశ్వంలోనే నువ్వుంటే ఆ విశ్వం నీకు ఎలా కన్పిస్తుంది"?

"చూడబడుతున్న వస్తువు నువ్వే అయిపోతే 'చూపు' ఎక్కడుంటుంది"?

"నీ గురించి నువ్వు తెలుసుకోవాలంటే నువ్వే నీ శరీరం లోంచి బయటికి వచ్చి నీ శరీరాన్ని చూసుకోవాలి! శరీరం నువ్వు కాదన్న ప్రత్యక్ష జ్ఞానం నీకు అప్పుడే కలుగుతుంది"!

(కుమారధార-తిరుమల)

★★★

యజ్ఞోపవీతాన్ని కత్తిరించి పారేశాను కదా, ఇక నేను బ్రాహ్మణుణ్ణి కాను కదా? తల్లి 'తద్దినం' ఎలా పెట్టగలను? "ఏం చెయ్యమంటారా"ని పత్రిగారిని అడిగాను.

"ఆమె తన పని పూర్తి చేసుకుని వెళ్ళిపోయింది. నువ్వే మీ చెయ్యక్కర్లేదు!"

ఆ రోజు ఆదివారం. శనివారం మొత్తం భోజనం చెయ్యలేదు. ఆదివారం సెలవరోజే అయినా, కొత్తపల్లిలో ఆఫీసుకు వెళ్ళాల్సి వచ్చింది. ఆకలేస్తోంది. కొత్తపల్లికి బయలుదేరబోతూ ఆత్మకూరులో ఓ హోటల్‌కు వెళ్ళి

ఇడ్లీలు 'పార్సిల్' కట్టమన్నాను. మూడే మిగిలి ఉన్నాయట, వాటినే కట్టి పొట్లం చేతికి ఇచ్చారు.

కొత్తపల్లికి వెళ్ళి ఆఫీసులో కూర్చుని పనిలో నిమగ్నమయిపోయాను.

మధ్యాహ్నం ఒంటిగంటకు మళ్ళీ ఆకలేసింది.

ఇడ్లీల పొట్లం విప్పాను. మూడు ఇడ్లీలు-వరుసగా- "పిండాలు పెడుతున్న విధంగా"నే కన్పించాయి. వాటిని తినగూడదనుకున్నాను.

పొట్లాన్ని అలాగే పట్టుకుని బయటికి వచ్చాను-ఏ కాకికో పెడదామని.

బక్కచిక్కిన కుక్క బ్యాంక్ లోపలికి పరుగెత్తు కొచ్చింది.

ఆ మూడు ఇడ్లీలనూ తినేసి వెళ్ళిపోయింది! ఎంతో సంతోషించాను!

మరుసటిరోజు మధ్యాహ్నం ... అదే సమయానికి ఓ ముసలాయన బ్యాంక్ లోపలికి వచ్చాడు. "కస్టమరేమో"నను కున్నాను. "ఏం కావాల"ని అడిగాను.

"ఏమీ అక్కర్లేదు. నిన్ను చూసి ఒక్కమాట చెప్పిపోవాలనే వచ్చాను, నంద్యాల నుండీ.

"నంద్యాల" నుండా? ఏం "మాట" అది?"

"తల్లి ఋణం తీర్చుకున్నావు నాయనా?"

మరోమాట మాట్లాడకుండా ఆ ముసలాయన వెళ్ళిపోయాడు!

చిన్నప్పుడు నాకు "మూగి" అనే ముద్దుపేరుండేది!

ఆ మూగవాణ్ణి పత్రీగారు వాచాలుణ్ణి చేశారు!

అన్నీ తెలుసునన్న అహంకారం తో జీవితం లో ఎలా నడుచుకోవాలో తెలియని నన్ను పత్రీజీ ధ్యానిని చేసి నాకు సరయిన నడక ఇచ్చారు!

జీవితంలో ఏ దృక్పథమూ లేని నాకు సుభాష్ పత్రి గారు "జ్ఞాననేత్రాన్ని" ఇచ్చి జీవితపు వెలుగు చూపించారు!

అందుకే నా దృష్టిలో పత్రి గారే శ్రీకృష్ణుడు!

కర్నూలే ఆ బృందావనం!

ఇదీ ఈ ధ్యాని జీవితం!

★★★

పుస్తక పఠనం

పుస్తకాలు చదవడం వలన మనకు మొత్తం విషయాలన్నీ తెలుస్తాయి. ప్రపంచంలో ఉండే యోగుల జీవిత చరిత్రలను శ్రద్ధగా పఠనం చేస్తే వారి వారి అనుభవాలను, వారి వారి బోధనలను తెలుసుకోవచ్చును.

మహాయోగుల జీవిత చరిత్రలను చదవడం వల్ల వారు జీవితాంతం కష్టపడి సాధించిన ఫలితాలను కొన్ని గంటల్లోనే తెలుసుకుని మనం అన్ని సంవత్సరాలు కష్టపడకనే వారి పూర్ణ సారాంశాన్ని గ్రహించి మన అభివృద్ధికి సోపానాలను వేసుకోవచ్చును.

ఉదా : బుద్ధుడు ఆరు సంవత్సరాలు ధ్యానం చేసి 'దుఃఖానికి కారణం తృష్ణ'; అనీ, 'తృష్ణకి కారణం అ విద్య', అనీ కనుక్కుని ప్రపంచానికి చాటి చెప్పాడు. కానీ, మనం ఆరు సంవత్సరాలు కష్టపడకనే ఒక నిమిషకాలం లోనే దానిని చదివి, అవిద్యను నాశనం చేసుకోవచ్చు! "తృష్ణను వీడితే ఇక దుఃఖం ఉండదు" అని స్వయంగా తెలుసుకోవచ్చును.

పుస్తక పఠనం ద్వారా, ఆధ్యాత్మిక విజ్ఞానాన్ని సంపూర్ణంగా తెలుసుకుని మనలో ఉన్న మూఢ నమ్మకాల్నీ, మూర్ఖత్వాలనూ వదిలించుకుంటే మన పురోగతికి మనమే దారి ఏర్పరచుకున్న వాళ్ళమవుతాం'.

ముఖ్యంగా మానవుడు 'చనిపోవడం' అనే మాటలను తలచుకోవడానికే భయపడతాడు. అసలు చనిపోవడం అనేది, రెండు పగళ్ళ మధ్య నిద్రలాగా రెండు జీవితాలను మధ్య విశ్రాంతి. ఎప్పుడైతే ఈ విషయాన్ని తెలుసుకుంటామో ఇంక మనకు 'చనిపోవడం' అంటే భయం పోయి, అది వచ్చినప్పుడు ఆనందంగా స్వీకరిస్తాం. అప్పుడే మనం స్వయంగా అంటే 'స్వఇచ్ఛ'తో ఎన్నుకుని తీసుకున్న ప్రస్తుత జీవితాన్ని ఆనందమయంగా ఉండేలా చూసుకుంటూ మన పురోభివృద్ధి వైపు పయనించ గలుగుతాం. పైన చెప్పిన విషయాల లాంటివే అనేకం తెలియాలంటే అవి మనకు యోగులు రచించిన పుస్తకాలలోనే దొరుకుతాయి.

అంచేత తప్పకుండా చదువలసిన పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీల ఆధ్యాత్మిక శాస్త్ర గ్రంథాలనూ, బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ గారి ఆడియో మరియు వీడియో క్యాసెట్ల పట్టికలను ఇక్కడ పొందుపరుస్తున్నాం.